



2023.02 Schedule

[S]=スタジオ [Z]=ZOOM

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
		10:00-11:15[SZ] 月経血フローヨガ 13:30-15:00[S] オリエアシュタンゴヨガ	08:30-10:15[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール 10:30-11:45[SZ] 背骨ヨガ(セラピー)	09:30-10:30[SZ] アシュタンガ入門 09:30-11:15[SZ] アシュタンゴヨガ レッド&マイソール	09:30-10:30[SZ] アシュタンガ入門 09:30-11:15[SZ] アシュタンゴヨガ 大通マイソール	08:00-09:00[SZ] アシュタンガ入門 08:00-09:45[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール 10:00-11:00[SZ] ピラティス初級
		19:15-20:25[SZ] アシュタンゴヨガ ハーブプライマリー 21:00-21:10[Z] ピラティス10	19:15-20:15[SZ] アシュタンガ入門 19:15-20:45[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール	20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]		
6	7	8	9	10	11	12
08:00-09:00[Z] 月経血ヨガ 09:30-11:00[S] マユミアシュタンゴヨガ 19:15-20:15[SZ] アシュタンガ入門 19:15-20:45[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール 20:15-20:45[Z] 月経血ヨガ	09:30-10:30[SZ] アシュタンガ入門 09:30-11:15[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール 19:15-20:25[SZ] アシュタンゴヨガ ハーブプライマリー	10:00-11:15[SZ] 月経血フローヨガ 13:30-15:00[S] オリエアシュタンゴヨガ 19:10-20:10[SZ] 背骨ヨガ[Z] 21:00-21:10[Z] ピラティス10	08:30-10:15[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール 10:30-11:45[SZ] 背骨ヨガ(セラピー) 19:15-20:15[SZ] アシュタンガ入門 19:15-20:45[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール	09:30-10:30[SZ] アシュタンガ入門 09:30-11:15[SZ] アシュタンゴヨガ マイソールクラス 20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	09:30-10:30[SZ] アシュタンガ入門 09:30-11:00[SZ] アシュタンゴヨガ レッド&マイソール 11:15-12:15[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ 12:30- RYT無料説明会	08:00-09:00[SZ] アシュタンガ入門 08:00-09:45[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール 10:00-11:15[SZ] パワーヨガ 11:30- RYT無料説明会
13	14	15	16	17	18	19
08:00-09:00[Z] 月経血ヨガ 09:30-11:00[S] マユミアシュタンゴヨガ 19:15-20:15[SZ] アシュタンガ入門 19:15-20:45[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール 20:15-20:45[Z] 月経血ヨガ	09:30-10:30[SZ] アシュタンガ入門 09:30-11:15[SZ] アシュタンゴヨガ マイソールクラス 19:15-20:25[SZ] アシュタンゴヨガ ハーブプライマリー	10:00-11:15[SZ] 月経血フローヨガ 13:30-15:00[S] オリエアシュタンゴヨガ 19:10-20:10[SZ] 背骨ヨガ[Z] 21:00-21:10[Z] ピラティス10	08:30-10:15[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール 10:30-11:45[SZ] 背骨ヨガ(セラピー) 19:15-20:15[SZ] アシュタンガ入門 19:15-20:45[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール	09:30-10:30[SZ] アシュタンガ入門 09:30-11:15[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール 20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	08:30-09:30[Z] アシュタンガ入門 08:30-10:00[Z] アシュタンゴヨガ マイソール 09:30-10:45[SZ] 月経血フローヨガ	08:30-09:30[Z] アシュタンガ入門 08:30-10:00[Z] アシュタンゴヨガ マイソール
20	21	22	23	24	25	26
09:30-11:00[S] マユミアシュタンゴヨガ 各種フリー券 有効期限延長日	09:30-10:30[SZ] アシュタンガ入門 09:30-11:15[SZ] アシュタンゴヨガ マイソールクラス 19:15-20:45[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール	10:00-11:15[SZ] 月経血フローヨガ 13:30-15:00[S] オリエアシュタンゴヨガ 19:10-20:10[SZ] 背骨ヨガ[Z] 21:00-21:10[Z] ピラティス10	08:00-09:45[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール 10:00-11:00[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ ファンデーション Nフリー券 AMクラスへ振替可能	09:30-10:30[SZ] アシュタンガ入門 09:30-11:15[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール 20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	09:00-10:00[Z] 月経血ヨガ	08:00-09:00[Z] アシュタンガ入門 08:00-09:50[Z] アシュタンゴヨガ マイソール 10:00-11:00[Z] 背骨ヨガ(オリジナル)
27	28	1	2	3	4	5
09:30-11:00[S] マユミアシュタンゴヨガ 20:15-20:45[Z] 月経血ヨガ	09:30-10:30[SZ] アシュタンガ入門 09:30-11:15[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール 各種フリー券 有効期限延長日	10:00-11:15[SZ] 月経血フローヨガ 13:30-15:00[S] オリエアシュタンゴヨガ 19:00-20:30[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール	19:15-20:15[SZ] アシュタンガ入門 19:15-20:45[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール	09:30-10:30[SZ] アシュタンガ入門 09:30-11:15[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール 19:00-20:00[SZ] 背骨ヨガ[Z]		08:00-09:00[SZ] アシュタンガ入門 08:00-09:45[SZ] アシュタンゴヨガ マイソール 10:00-11:00[SZ] 背骨ヨガ(オリジナル)
02月体験キャンペーン ①ナイトフリー:平日夜&祝土日通い放題=10,800円 ※月~金夜+週末通い放題(祝日は朝OK) ③1ヶ月フリー券25%OFF⇒12,960円(通常18,000円) [S]=スタジオクラス [Z]=ZOOMクラス			少人数完全予約制です。お電話またはメールでご予約をお願いします。 円山)札幌市中央区南1条西24丁目1-17カーニバルビル2階 大通)札幌市中央区南1条西7丁目大通パーク2階 http://www.inhalexehale.com Mail:sapporoicy@yahoo.co.jp			
Facebook 始めました★ “👍いいね!”お待ちしています♪						
YUKI	YOJI	MINAKO	ORIE	大通マイソール		