



2024.02 Schedule

[S]=スタジオ [Z]=ZOOM

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
			08:30-10:15[SZ] アシュタंगाマイソール 10:30-11:45[SZ] 背骨ヨガ(セラピー) 19:00-20:00[SZ] アシュタंगा入門 19:00-20:30[SZ] アシュタंगाマイソール	09:15-10:15[SZ] アシュタंगा入門 09:15-11:00[SZ] アシュタंगाマイソール 20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ		08:00-09:00[Z] アシュタंगा入門 08:00-09:50[Z] アシュタंगाマイソール 08:00-09:50[SZ] アシュタंगाマイソール 10:00-11:00[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル
5	6	7	8	9	10	11
08:00-09:00[Z] 月経血ヨガ 09:30-11:00[S] マユミアシュタंगाヨガ 19:00-20:00[SZ] アシュタंगा入門 19:00-20:30[SZ] アシュタंगाマイソール 21:05-21:35[Z] 月経血ヨガ	09:00-10:00[SZ] アシュタंगा入門 09:00-10:45[SZ] アシュタंगाマイソール 19:10-20:10[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ	10:00-11:15[SZ] 月経血フローヨガ 14:00-15:30[S] オリエアシュタंगाヨガ	08:30-10:15[SZ] アシュタंगाマイソール 10:30-11:45[SZ] 背骨ヨガ(セラピー) 19:00-20:00[SZ] アシュタंगा入門 19:00-20:30[SZ] アシュタंगाマイソール	09:15-10:15[SZ] アシュタंगा入門 09:15-11:00[SZ] アシュタंगाマイソール 09:00-10:00[SZ] 背骨ヨガ(セラピー) 10:00-10:30[SZ] RYT無料相談会	08:00-09:00[SZ] アシュタंगा入門 07:30-09:00[SZ] アシュタंगाマイソール 09:00-10:00[SZ] 背骨ヨガ(セラピー) 10:00-11:15[SZ] 背骨ヨガ(セラピー)	08:00-09:00[SZ] アシュタंगा入門 08:00-09:50[SZ] アシュタंगाマイソール 10:00-11:15[SZ] 背骨ヨガ(セラピー)
12	13	14	15	16	17	18
08:30-09:30[SZ] 美脚FIT 09:30-11:00[S] マユミアシュタंगाヨガ 21:05-21:35[Z] 月経血ヨガ	09:15-10:15[SZ] アシュタंगा入門 09:15-11:00[SZ] アシュタंगाマイソール 19:10-20:10[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ	10:00-11:15[SZ] 月経血フローヨガ 14:00-15:30[S] オリエアシュタंगाヨガ 19:00-20:10[SZ] アシュタंगाヨガハーフ	08:30-10:15[SZ] アシュタंगाマイソール 10:30-11:45[SZ] 背骨ヨガ(セラピー) 19:00-20:00[SZ] アシュタंगा入門 19:00-20:30[SZ] アシュタंगाマイソール	09:15-10:15[SZ] アシュタंगा入門 09:15-11:00[SZ] アシュタंगाマイソール 19:10-20:10[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ 20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ		08:00-09:00[SZ] アシュタंगा入門 08:00-09:30[SZ] アシュタंगाマイソール
19	20	21	22	23	24	25
08:00-09:00[Z] 月経血ヨガ 09:30-11:00[S] マユミアシュタंगाヨガ 19:00-20:00[SZ] アシュタंगा入門 19:00-20:30[SZ] アシュタंगाマイソール 21:05-21:35[Z] 月経血ヨガ	09:15-10:15[SZ] アシュタंगा入門 09:15-11:00[SZ] アシュタंगाマイソール 19:10-20:10[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ	10:00-11:15[SZ] 月経血フローヨガ 14:00-15:30[S] オリエアシュタंगाヨガ 19:00-20:10[SZ] アシュタंगाヨガハーフ	08:30-10:15[SZ] アシュタंगाマイソール 10:30-11:45[SZ] 背骨ヨガ(セラピー) 19:00-20:00[SZ] アシュタंगा入門 19:00-20:30[SZ] アシュタंगाマイソール	08:00-09:00[SZ] アシュタंगा入門 08:00-09:45[SZ] アシュタंगाマイソール		
26	27	28	29	1		
08:00-09:00[Z] 月経血ヨガ 10:30-11:00[S] マユミアシュタंगाヨガ 19:00-20:00[SZ] アシュタंगा入門 19:00-20:30[SZ] アシュタंगाマイソール 21:05-21:35[Z] 月経血ヨガ	09:15-10:15[SZ] アシュタंगा入門 09:15-11:00[SZ] アシュタंगाマイソール	10:00-11:15[SZ] 月経血フローヨガ 14:00-15:30[S] オリエアシュタंगाヨガ 19:00-20:30[SZ] アシュタंगाマイソール	各種フリー券 期限延長日	09:15-10:15[SZ] アシュタंगा入門 09:15-11:00[SZ] アシュタंगाマイソール 19:00-20:00[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ 20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ		
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	大通クラス		