2024.02 Schedule

[S]=スタジオ [Z]=ZOOM

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