ホットヨガレッスンスケジュール　2024年4月1日～9月30

	月 MON	火 THU	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN	
9:00								9:00
9:30		リファインヨガ 9:30～10:30 桝井　香苗					リンパヨガ 9:40～10:40 桝井　香苗	9:30
10:00	ビューティモヨガ 10:10～11:10 五十嵐　里佳		ビューティモヨガ 10:20～11:20 山本　哲矢		らくヨガ 10:10～11:10 JUNKO	美姿勢ヨガ 9:45～10:45 桝井　香苗		10:00
10:30								10:30
11:00						リファインヨガ 11:05～12:05 藤原　梨恵	らくヨガ 11:00～12:00 桝井　香苗	11:00
11:30	リファインヨガ 11:30～12:30 五十嵐　里佳				リンパヨガ 11:30～12:30 木下　ヒロ			11:30
12:00		骨盤ヨガ 12:00～13:00 河内　美和						12:00
12:30			リンパヨガ 12:15～13:15 Minami			ビューティモヨガ 12:25～13:25 藤原　梨恵	リファインヨガ 12:20～13:20 岸本　正美	12:30
13:00	骨盤ヨガ 12:50～13:50 JUNKO							13:00
13:30								13:30
14:00						リンパヨガ 13:45～14:45 桝井　香苗		14:00
14:30	らくヨガ 14:30～15:30 鎮守　明美							14:30
15:00			美姿勢ヨガ 14:50～15:50 原 ももこ					15:00
15:30								15:30
16:00								16:00
16:30						骨盤ヨガ 16:30～17:30 藤原　優子		16:30
17:00							リンパヨガ 17:00～18:00 みいたん	17:00
17:30								17:30
18:00						らくヨガ 17:50～18:50 藤原　優子		18:00
18:30		骨盤ヨガ 18:15～19:15 山本　哲矢	ビューティモヨガ 18:30～19:30 山本　哲矢					18:30
19:00								19:00
19:30					ホット リラックスヨガ 19:30～20:30 屋良朝樹			19:30
20:00	リファインヨガ 19:50～20:50 岸本　正美	リンパヨガ 19:35～20:35 木下　ヒロ						20:00
20:30			らくヨガ 20:00～21:00 山本　哲矢					20:30
21:00								21:00
21:30								21:30
22:00								22:00
22:30								22:30
23:00								23:00
	月 MON	火 THU	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN	