



# 射水店スタジオ タイムスケジュール

# 4月

4/29(土)~5/5(金)、毎週木曜 休館日

月	火	水	木	金	土	日
10:30~11:30	10:30~11:30	10:30~11:30	休 館 日	10:30~11:30	10:30~11:30	10:30~11:30
<b>骨盤ケア④</b> 骨盤底筋を鍛えるヨガ hazuki	<b>Detox⑩</b> 老廃物を流すデトックスヨガ mii/hiroko	<b>骨盤ケア⑥</b> 骨盤メンテナンスヨガ chika		<b>アロマRelax①</b> 初めてのヨガ、身体が硬い方 hiroko/azzy	<b>骨盤ケア⑥</b> 骨盤底筋を鍛えるヨガ chika/hazuki	<b>Detox⑪</b> 腸活美人ヨガ yoko
12:00~13:00	12:00~13:00	12:00~13:00		12:00~13:00	12:00~13:00	12:00~13:00
<b>Basic⑨</b> 歪みを整える美姿勢ヨガ inori/yoko	<b>骨盤ケア⑤</b> 股関節をほぐすポカポカヨガ saki	<b>Basic⑦</b> エナジーチャージ yoko		<b>スタンダードフロー⑭</b> モーニングフローヨガ satoko	<b>スタイルアップ</b> mii	<b>Basic⑧</b> 自律神経を整える月ヨガ eri
					13:30~14:30	13:30~14:30
					<b>Basic⑦</b> エナジーチャージ saki	<b>チャレンジフロー</b> satoko
					15:00~16:00	15:00~16:00
					<b>アロマRelax②</b> 今日の疲れ完全リセット夜ヨガ akane	<b>骨盤ケア④</b> 骨盤底筋を鍛えるヨガ kanako
					フロント受付終了16:30	フロント受付終了16:30
18:30~19:30	18:30~19:30	18:30~19:30		18:30~19:30	<b>骨盤ケア⑤</b> 股関節をほぐすポカポカヨガ mii	
<b>Basic⑧</b> 自律神経を整える月ヨガ yukako	<b>スタイルアップ</b> chika/yukie	<b>スタンダードフロー⑮</b> リフレッシュフロー satoko		20:00~21:00		
20:00~21:00	20:00~21:00	20:00~21:00		<b>Basic⑨</b> 歪みを整える美姿勢ヨガ aiko		
<b>スタンダードフロー⑬</b> コアボディメイク mii	<b>アロマRelax③</b> ゆるめるヨガストレッチ akane/yukie	<b>Detox⑫</b> 運動不足解消デトックスヨガ 週替わり				
フロント受付終了21:00			※各種お届けはお早めに			