

# Tonami Studio Monthly Schedule

2月

月	火	水	木	金	土	日	
		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	
		10:00-11:00 アロマRelax ストレッチマッ サージ	10:00-11:00 骨盤ケア メンテナンス	休 館 日	10:00-11:00 スタイルUP 後ろ姿美人	10:00-11:00 アロマRelax 首肩軽くする	
					11:30-12:30 骨盤ケア 股関節ストレッチ		
		19:30-20:30 骨盤ケア メンテナンス	19:30-20:30 Detox 腸活				
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	
10:00-11:00 スタンダード フロー	休 館 日	10:00-11:00 アロマRelax ストレッチ陰ヨガ	10:00-11:00 骨盤ケア 股関節ストレッチ		10:00-11:00 スタイルUP デニムが似合う脚	10:00-11:00 骨盤ケア 股関節	
						11:30-12:30 骨盤ケア 骨盤底筋集中	
19:30-20:30 アロマRelax ストレッチ マッサージ			19:30-20:30 骨盤ケア 骨盤底筋集中		19:30-20:30 Detox 関節背骨		
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	
10:00-11:00 スタンダード フロー	休 館 日	10:00-11:00 アロマRelax 全身ストレッチ	10:00-11:00 骨盤ケア 骨盤底筋集中		10:00-11:00 スタイルUP くびれ美人	10:00-11:00 Basic 太陽礼拝	
						11:30-12:30 骨盤ケア メンテナンス	
19:30-20:30 アロマRelax 全身ストレッチ			19:30-20:30 骨盤ケア メンテナンス		19:30-20:30 Detox 腸活		
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	
10:00-11:00 スタンダード フロー	休 館 日	10:00-11:00 アロマRelax ストレッチ首肩	10:00-11:00 骨盤ケア メンテナンス		10:00-11:00 スタイルUP 美尻	10:00-11:00 アロマRelax 陰ヨガ	
					11:45-12:45 Detox 関節背骨	11:30-12:30 骨盤ケア 股関節ストレッ チ	11:30-12:30 ダイナミック フロー
19:30-20:30 アロマRelax ストレッチ首肩			19:30-20:30 骨盤ケア 股関節ストレッチ		夜クラスは午前 へ移動		
<b>27</b>	<b>28</b>						
10:00-11:00 スタンダード フロー	休 館 日						
19:30-20:30 アロマRelax ベッドタイム ヨガ							
close 21:00							