

Taroumaru Studio Time Schedule



6/2(土)は休館日です。

	月	火	水	木	金	土	日
10:00	9:30-10:30 シェイプUP ピラティス tomomi			9:30-10:30 経絡YOGA yumiko	9:30-10:30 ベーシック ピラティス tomomi	9:30-11:00 ★シヴァナンダヨガ kayoko	
11:00		11:00-12:00 ベーシック ピラティス noriko	11:00-12:00 陰ヨガ yumiko		11:00-12:00 やさしいヨガ misako		11:00-12:00 マタニティ mayu
12:00				12:00-13:00 シェイプUP ピラティス noriko		11:30-12:30 ベリーダンス maria	
13:00		12:30-13:30 リストラティブ miyuki				6月～クローズ	
14:00						13:00-14:15 ★アシュタンガヨガ izumi	
15:00							
16:00							
17:00							
18:00				18:30-19:30 ベーシック ピラティス noriko			
19:00							
20:00	20:00~21:00 ベリーダンス maria	20:00-21:00 ベリーダンス haku	20:00-21:00 陰ヨガ yumiko				
21:00							

←常温ヨガ(女性専用です)★は、男性受講可能クラスです。