

ヨガスタジオ キラナ クラススケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
8:00							
9:00						9:00～10:15 ハタヨガ オールレベル ★☆☆～ ★★★	
10:00	9:30～10:45 シニア ヨガ ★☆☆	9:30～10:45 ハタヨガ ベーシック ★☆☆～ ★★★	9:30～10:45 女性のための ヨガ (女性限定) ★☆☆～ ★★★		9:30～10:45 はじめての ヨガ ★☆☆		
11:00						10:45～12:00 骨盤の バランスを 整えるヨガ ★★☆～ ★★★★	
12:00	11:20～12:35 マタニティ ヨガ (女性限定) ★☆☆	11:20～12:35 ハタヨガ アライメント ★★☆～ ★★★★	11:20～12:35 ハタヨガ オールレベル ★☆☆～ ★★★★				
13:00 、 17:00							
18:00					18:00～19:15 ハタヨガ オールレベル ★☆☆～ ★★★★		
19:00							
20:00							
21:00							