

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 ★☆☆~ ★★★	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& リラクソヨガ ★☆☆		
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 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							