

ヨガスタジオ キラナ クラススケジュール (2022年10月)

	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 ☆☆☆～ ☆☆☆ Chihiro	9:00～10:15 オールレベル ★～★★★ 2・16/Ray 9・23・30 /Chihiro(代行)
10:00	9:30～10:45 シニア ヨガ ☆☆☆ Ray	9:30～10:45 ハタヨガ ベーシック ☆☆☆～ ☆☆☆ Chihiro	9:30～10:45 ハタヨガ リラックス ☆☆☆～ ☆☆☆ Mai	9:30～10:45 やさしい ボディメイク ピラティス ★～★★ akiko	9:30～10:45 はじめて& リラックスヨガ ☆☆☆ Ray		
11:00						10:45～12:00 フロー ピラティス ☆☆☆～ ☆☆☆ akiko	10:45～12:00 やさしい ボディメイク ピラティス ★～★★ akiko(代行)
12:00							
13:00						12:30～13:45 マタニティ ヨガ ☆☆☆ Ray	
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							