

STUDIO OJAS いなべ店 2月スケジュール

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|---|--|---|---|---|------------|
| | タオルDE 肩こりスッキリヨガ 10:30~11:30 YUU | 第1・3・5 ポディリンパヨガ 第2・4 美尻&カーヴィーストレッチ 10:30~11:30 HANA | 朝のアロマヨガ 10:00~11:00 CHICO | 10:30~11:30 第1 ASAKO 骨盤調整ヨガ 第2・5 HIRO シーズンフローヨガ 第3・4 KYOKO デトックス&チャージヨガ | 10:30~11:30 第1・3・5 CHICO 朝のアロマヨガ 第2 ASAKO 朝の太陽礼拝ヨガ 第4 HANA キレイになるヨガ | いなべ店 日曜定休日 |
| | 13:00~14:00 第1・2 MIKI ストレスフリーヨガ 第3・4・5 CAYO メンテナンスヨガ | 13:00~14:00 第1・3・5 HIRO バランスボールで燃焼ヨガ 第2・4 YUMI しなやかウエストラインYOGA | 緩ませヨガ 13:30~14:30 JUNKO | | | |
| | | | | | | |
| インナービューティー ヨガ 19:15~20:15 ASAKO | トータルビューティーヨガ 第4のみ ヴィンヤサ美ボディ 19:15~20:15 MISAKI | 第1・3・5 美尻&カーヴィーストレッチ 第2・4 ポディリンパヨガ 19:15~20:15 HANA | 19:15~20:15 第1・3・5 AI むくみ改善ヨガ 第2・4 ETSUKO 爽快デトックスヨガ | 第1・3・5 体幹ヨガ 第2・4 (タイ式ヨガ) ルーシーダットン 19:15~20:15 KAORU | | |
| 20:30~21:30 第1・3・5 CHICO ぽっこりお腹改善 ピラティス 第2・4 CHEE 後ろ姿キレイヨガ | 20:35~21:35 第1・3・5 SHIZU くびれメイクヨガ 第2・4 (月ヨガ) ホルモンバランス整えYOGA RUMI | 疲労回復ヨガ 20:40~21:40 TOMIE | しなやかウエストライン YOGA 20:35~21:35 YUMI | 美トレヨガ 20:40~21:40 RIHO | | |

キャンセルは、レッスン開始2時間前までをお願いします。