

STUDIO OJAS 川越店 3月スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
クリアヨガ 10:00~11:00 KANAKO	腰痛予防ヨガ 9:45~10:45 TOMO	目覚めのアロマヨガ 9:45~10:45 CHICO	タオルDE朝ヨガ 9:30~10:30 YUU	プラーナヨガ 10:30~11:30 CAYO	9:45~10:45 第1・3・5 CAYO 朝の太陽礼拝ヨガ 第2・4 JUNKO <small>アライメント太陽礼拝ヨガ</small>	第1・3・5 ルーシーダットン 第2・4 お目覚めヨガ 9:10~10:10 KAORU
デトックス&チャージヨガ 13:00~14:00 KYOKO	第1のみ メンタルリラックスヨガ デトックスヨガ 11:30~12:30 TOMOYO	ぽっこりお腹改善 ピラティス 11:30~12:30 CHICO	11:05~12:05 第1・3・5 KANAKO 骨盤リセットヨガ 第2・4 YUMI <small>しなやかウエストラインYOGA</small>	ブリーズイングヨガ 13:30~14:30 RUMI	11:20~12:20 第1・3・5 CHEE 後ろ姿キレイヨガ 第2 HANA パワーヨガ	10:45~11:45 第1 SHIZU コアトレフローヨガ 第2~5 HANA ボディリンバヨガ
スリムビューティーヨガ 14:30~15:30 AYAMI	温ヨガ 13:30~14:30 バラエティ	オージャスヨガ 14:00~15:00 MIHO	バランスボールDE燃焼ヨガ 13:30~14:30 HIRO		第4 JUNKO スタイルUPヨガ	
			カラダ燃えるヨガ 15:30~16:30 JUNKO			
キャンドルヨガ 18:00~18:55 JUNKO	ぽっこりお腹改善 ピラティス 17:50~18:45 CHICO	17:55~18:50 第1~4 KANAKO スローフローヨガ 第5 HIRO シーズンフローヨガ	18:00~18:55 第1・3・5 ASAKO トータルリフトアップヨガ 第2・4 SHIZU コアトレフローヨガ	17:50~18:45 第1・3・5 KYOKO リフレッシュヨガ 第2・4 MISAKI 美健康ヨガ		
スタイルUPヨガ 19:25~20:20 JUNKO	アロマヨガ 19:20~20:15 CHICO	美トレヨガ 19:20~20:15 RIHO	ホルモンバランス 整えYOGA (月ヨガ) 19:25~20:20 RUMI	ボディリンバヨガ 19:20~20:15 HANA		
美姿勢ヨガ 20:50~21:45 TOMO	健康美人ヨガ 20:50~21:45 CHEE	20:45~21:40 第1・3・5 TOMOYO デトックスヨガ 第2・4 CAYO プラーナヨガ	オージャスヨガ 20:50~21:45 MIHO	美尻& カーヴィーストレッチ 20:50~21:45 HANA		