

大橋駅前店 5月 スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
10:30~11:30 ★★ アシュタンガ &リラックス hiromi	10:30~11:30 ★★ やさしい エアリアル momoe		10:30~11:30 ★★ エアリアルヨガ mami	10:30~11:30 ★★ エアリアルヨガ kazuko	8:30~9:30 ★ ローポジション エアリアル sachiko	8:30~9:30 ★★ チェアヨガ asako
12:15~13:15 ★★ スローホット ハタヨガ mari		12:00~13:10 ★ リラックス& リリース (ローポジション) sachiko	12:00~13:00 ★ リリース& リストラティブ sachiko	12:00~13:00 ★★ ナチュラル ベーシックヨガ azusa	10:00~11:00 ★★ 代謝UP エアリアル (ローポジション) sachiko	10:00~11:10 ★★★ アシュタンガ プラス asako
			13:30~15:00 ☆フリー suwaruタイム		11:30~12:45 ★★★★ アシュタンガ 75 ※第4週のみマイソール クラスとなります。 kazuko	11:40~12:40 ★★ 温活デトックス エアリアル (ローポジション) rie
19:00~20:00 ★★ リンパデトックス エアリアル azusa	18:45~19:45 ★★ 姿勢改善 リフレッシュ エアリアル (ローポジション) sachiko	19:00~20:00 ★★ アシュタンガ60 kazuko	18:45~19:45 ★★ やさしい アシュタンガ yuko.k	18:45~19:45 ★ エアリアル リストラティブ (ローポジション) sachiko	13:10~14:10 ★★ エアリアルヨガ kazuko	13:10~14:10 ★★ やさしい エアリアル momoe
20:25~21:25 ★ タイ式ヨガ& リストラティブ azusa	20:15~21:15 ★ スローホット アロマ リストラティブ sachiko	20:25~21:25 ★ 太陽礼拝& リラックス エアリアル kazuko	20:15~21:15 ★ ディープ リラクゼーション yuko.k	20:15~21:05 ★ ハーバルヨガ sachiko	14:40~15:40 ★★ 背中スッキリ!! ヨガ棒クラス yoco	14:40~15:40 ★★ やさしい ピラティス saho
				☆曜日・時間は ご相談ください。 sachiko整体 パーソナルケア ※個人セッション： 別途料金	16:00~17:00 ☆フリー suwaruタイム ※第4土曜日(24日) 『あさこの部屋』開催	16:00~18:00 ○WS開催○ 東洋医学で整える セルフケア 18日(日)開催!! ※別途料金

【祝日スケジュール】

◎10:30~ ◎12:00~ ◎14:00~

ご予約(トライアル予約)
はこちら↓ホームページ
はこちら↓★はクラスの強度に
なります。

お問い合わせはこちら

092-555-3280

