

9月レッスン変更のお知らせ

9月14日(土)

10:00~11:15 やさしいエアリアル [サヨ]

11:45~13:00 やさしいエアリアル [サヨ]



10:00~11:00 リラックスヨガ [カオリ]

11:30~12:30 首肩スッキリヨガ [カオリ]

9月18日(水)

10:00~11:00 はじめてのヨガ [サヨ]

11:45~13:00 やさしいエアリアル [サヨ]



10:00~11:00 はじめてのヨガ [カオリ]

11:00~12:30 骨盤ヨガ [カオリ]

9月25日(水)

18:00~19:15 やさしいエアリアル [サヨ]

19:45~21:00 エアリアルII [サヨ]



18:00~19:15 休講

19:45~21:00 休講

9月28日(土)

10:00~11:00 はじめてのヨガ [サヨ]

11:45~13:00 やさしいエアリアル [サヨ]



10:00~11:00 はじめてのヨガ [カオリ]

11:30~12:30 アロマヨガ [カオリ]

※9月一杯エアリアルヨガは休講となります

ご迷惑お掛けいたしますがよろしくお願い致します。

yoga studio HEARTS