

2020/04



AROMA YOGA STUDIO SHRI 《 Lesson Schedule 》

月	火	水	木	金	土
<p>《お知らせ》 4/7(火)から、ヨガの勉強のため5日間留守にいたします。 スタジオは、あや先生・あやか先生にお願いしました。 期間中のご予約は通常通りですがご不便をおかけすることがあるかもしれません。 何卒宜しくお願い致します。 《みゆき》</p>		<p>1</p> <p>09:15-09:45 背中美人 あや</p> <p>10:00-11:10 リラックス</p>	<p>2</p> <p>09:15-09:45 ヒップ みゆき</p> <p>10:00-11:10 ヴィンヤサ</p> <p>18:15-18:45 コアビギナー あやか</p> <p>19:00-20:10 リフレッシュ</p>	<p>3</p> <p>09:15-09:45 太陽礼拝 あやか</p> <p>10:00-11:10 インナーフロー</p> <p>18:15-18:45 ヒップ みゆき</p> <p>19:00-20:10 リラックス</p>	<p>4</p> <p>09:15-09:45 ヒップ みゆき</p> <p>10:00-11:10 ベーシック</p> <p>13:00-15:30 「自律神経」 詳細別途お知らせ チケット2回</p>
6	7	8	9	10	11
<p>みゆき</p> <p>09:15-09:45 太陽礼拝</p> <p>10:00-11:10 キレイ</p>	<p>●CLOSE●</p> <p>【4/7~11まで】</p>	<p>あや</p> <p>09:15-09:45 背中美人</p> <p>10:00-11:10 スロー</p>	<p>あやか</p> <p>09:15-09:45 コアビギナー</p> <p>10:00-11:10 リフレッシュ</p>	<p>あや</p> <p>09:15-09:45 背中美人</p> <p>10:00-11:10 リラックス</p> <p>18:15-18:45 太陽礼拝 あやか</p> <p>19:00-20:10 スロー</p>	<p>あや</p> <p>10:00-11:30 背中美人+ リラックス 90分(1.5回)</p>
<p>LINE・メールでのみなさまへのお返事は講習の休憩時間等になりますので少し遅いかもしれません。当日のご参加・遅刻・キャンセル等のご連絡にスムーズに対応できないことがあるかもしれませんので、前日までのご連絡にご協力ください。宜しくお願い致します。【みゆき】</p>					
13	14	15	16	17	18
<p>あやか</p> <p>10:00-11:30 骨盤調整 90分(1.5回) ゆがみ解消</p> <p>↑ 月一参加が おすすめです</p>	<p>みゆき</p> <p>09:15-09:45 太陽礼拝</p> <p>10:00-11:10 スロー</p> <p>13:00-14:10 リラックス</p>	<p>みゆき</p> <p>09:15-09:45 コアビギナー</p> <p>10:00-11:10 キレイ</p> <p>やさしい♡</p>	<p>みゆき</p> <p>10:00-11:30 美ボディ くびれ 90分(1.5回)</p> <p>18:30-20:00 美ボディ くびれ 90分(1.5回)</p>	<p>あや</p> <p>09:15-09:45 背中美人</p> <p>10:00-11:10 ベーシック</p> <p>18:15-18:45 コアビギナー あやか</p> <p>19:00-20:10 リラックス</p>	<p>みゆき</p> <p>09:15-09:45 コアビギナー</p> <p>10:00-11:10 キレイ</p> <p>やさしい♡</p>
20	21	22	23	24	25
<p>あやか</p> <p>09:15-09:45 コアビギナー</p> <p>10:00-11:10 リフレッシュ</p> <p>みゆき</p> <p>18:30-19:20 Mトレ</p>	<p>みゆき</p> <p>09:15-09:45 ヒップ</p> <p>10:00-11:10 ベーシック</p> <p>13:00-14:10 キレイ やさしい♡</p>	<p>あや</p> <p>09:15-09:45 背中美人</p> <p>10:00-11:10 リラックス</p> <p>あやか</p> <p>18:30-20:00 骨盤調整 90分(1.5回) ゆがみ解消</p>	<p>みゆき</p> <p>10:00-11:10 ヴィンヤサ</p> <p>↑ 呼吸という 乗り物に 乗るだけ♡</p>	<p>みゆき</p> <p>09:15-09:45 太陽礼拝</p> <p>10:00-11:10 スロー</p> <p>18:15-18:45 ヒップ みゆき</p> <p>19:00-20:10 キレイ</p>	<p>●CLOSE●</p>
27	28	29	30	<p>やさしい♡</p> <ul style="list-style-type: none"> ●スタジオドアオープン後は レッスン開始時刻15分前です ●万が一キャンセルをされる場合は お早めにご連絡ください ●お顔が分からない程度のレッスン風景 を撮影させていただきます ●期限切れのチケットは1000円で 1か月延長可能です 	
<p>みゆき</p> <p>09:15-09:45 太陽礼拝</p> <p>10:00-11:10 リラックス</p> <p>↑ テーマは 「肩こり解消」 にします!!</p>	<p>みゆき</p> <p>09:15-09:45 ヒップ</p> <p>10:00-11:10 スロー</p> <p>↑ 腸マッサージ します♪ 便秘解消にぜひ</p>	<p>みゆき</p> <p>10:00-11:30 美ボディ くびれ 90分(1.5回)</p> <p>祝日営業 いたします</p>	<p>あやか</p> <p>09:15-09:45 コアビギナー</p> <p>10:00-11:10 ベーシック</p> <p>18:15-18:45 太陽礼拝 あやか</p> <p>19:00-20:10 インナーフロー</p>		