

11月 オンラインレッスンスケジュール



studio Re

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
						9:30 ピラティス くみ
					20:00リラックスヨガ くみ	20:30リカバリーヨガ ひとみ
3	4	5	6	7	8	9
		10:00月替わりインナーヨガひとみ	9:30 FRP くみ	10:00 キャンサーヨガ ひとみ		
		20:00 デトックスヨガ のりこ		20:00 ピラティス くみ	20:00リラックスヨガ くみ	20:30リカバリーヨガ ひとみ
10	11	12	13	14	15	16
		10:00月替わりインナーヨガひとみ	9:30 FRP くみ	10:00 リポーンヨガ ひとみ		9:30 ピラティス くみ
						13:30 キャンサーヨガ のりこ
	20:00 Newラジヨガ ひとみ	20:00リカバリーヨガ ひとみ		20:00 ピラティス くみ	20:00リラックスヨガ くみ	20:30リカバリーヨガ ひとみ
17	18	19	20	21	22	23
		10:00月替わりインナーヨガひとみ	9:30 FRP くみ	10:00 キャンサーヨガ のりこ		
	20:00 Newラジヨガ ひとみ	20:00 デトックスヨガ のりこ		20:00 ピラティス くみ	20:00リラックスヨガ くみ	
24	25	26	27	28	29	30
		10:00月替わりインナーヨガひとみ	9:30 FRP くみ	10:00 リポーンヨガ ひとみ		9:30 シェイププログラム
	20:00 トノウヨガ のりこ	20:00リカバリーヨガ ひとみ		20:00 ピラティス くみ		20:30リカバリーヨガ ひとみ

