



# 3 2017 March class Schedule

Healing    Relax    active    Hard

アロマキャンドルヨガ	アシュタンガヨガ基礎	アシュタンガ(half)	アシュタンガ(full)
リストラティブヨガ	倍音ヒーリングヨガ	アイアンガーヨガ	アシュタンガ(half)
	YINヨガ	ハタヨガ	ヴァンヤサヨガ
		アンフィニヨガ	キレイになるヨガ
		オーシャンフローヨガ	ヨギックアーツ
			ピラティス

	月	火	水	木	金	土	日	
			1	2	3	4	5	
10:30~11:40			定休日	10:30-11:30 60歳以上限定 シニアヨガ hiromi		<<キッズダンス>> Ki-Ma	アンフィニヨガ 内山	
13:30~14:40				やさしいアシュタンガ hiromi	13:00~14:00 ピラティス みさよ	ハタヨガ 原田	キレイになるヨガ michiko	
19:20~20:30				<<キッズダンス>> Ki-Ma	20:00-21:30 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー& プラナヤマ jun	マタニティOK YINヨガ 久保	15:10~16:20 YINヨガ 原田	
20:50~22:00						オーシャンフローヨガ hiormi	17:00~18:10 パワーヨガ hiromi	
10:30~11:40	キレイになるヨガ michiko	マタニティOK 倍音ヒーリングヨガ 久保	定休日	10:30-11:30 60歳以上限定 シニアヨガ hiromi		<<キッズダンス>> Ki-Ma	アンフィニヨガ 内山	
13:30~14:40				アイアンガーヨガ (初級) 重原	13:00~14:00 ピラティス みさよ	ハタヨガ rie	オーシャンフローヨガ hiromi	
19:20~20:30	アイアンガーヨガ (初級) 重原	キレイになるヨガ jun		<<チアリーディング>> reiko	19:45-21:15 パワーヨガ hiromi	17:00~18:10 パワーヨガ hiromi		
20:50~22:00	リストラティブヨガ kyomi	アシュタンガヨガ(基礎) jun			マタニティOK アロマキャンドルヨガ hiormi			
10:30~11:40	ハタヨガ rie	マタニティOK YINヨガ 久保	定休日	10:30-11:30 60歳以上限定 シニアヨガ hiromi		<<キッズダンス>> Ki-Ma	アンフィニヨガ 内山	
13:30~14:40				パワーヨガ (基礎) hiromi	13:00~14:00 ピラティス みさよ	13:30-15:00 栃木県初!! クンダリーニヨガ WS maiko kurata	パワーヨガ (基礎) hiromi	
19:20~20:30	アイアンガーヨガ (初級) 重原	ヴァンヤサヨガ 千景		20:00-21:30 アシュタンガヨガ SELF PRACTICE jun	マタニティOK 倍音ヒーリングヨガ 久保			
20:50~22:00	アナトミック骨盤ヨガ kyomi	ハタヨガ rie			オーシャンフローヨガ hiormi			
10:30~11:40	キレイになるヨガ michiko	マタニティOK 倍音ヒーリングヨガ 久保	定休日	10:30-11:30 60歳以上限定 シニアヨガ hiromi		<<キッズダンス>> Ki-Ma	アンフィニヨガ 内山	
13:30~14:40				アイアンガーヨガ (初級) 重原	13:00~14:00 ピラティス みさよ	ハタヨガ rie	オーシャンフローヨガ hiromi	
19:20~20:30	アイアンガーヨガ (初級) 重原	アシュタンガヨガ (基礎) jun		<<チアリーディング>> reiko	19:45-21:15 パワーヨガ hiromi	17:00~18:15 ヨギックアーツ yasuo	スペシャル講師プログラム 参加費 500円 ビクター 3200円	
20:50~22:00	代 ハタヨガ 原田	キレイになるヨガ jun			マタニティOK アロマキャンドルヨガ hiormi			
10:30~11:40	ハタヨガ rie	マタニティOK YINヨガ 久保	定休日	10:30-11:30 60歳以上限定 シニアヨガ hiromi		☆キッズスケジュール☆ ダンス <毎木曜日> 基礎クラス 16:25~17:10 初級クラス 17:15~18:10 中級クラス 18:15~19:15 <毎土曜日> 基礎クラス 9:00~9:45 初級クラス 9:50~10:45 中級クラス 10:50~11:50 チアリーディング <毎火曜日>	メンバー募集中	
13:30~14:40				やさしいアシュタンガ hiromi	13:00~14:00 ピラティス みさよ			
19:20~20:30	アイアンガーヨガ (初級) 重原	ヴァンヤサヨガ 千景		<<チアリーディング>> reiko	マタニティOK YINヨガ 久保			
20:50~22:00	アナトミック骨盤ヨガ kyomi	ハタヨガ rie			オーシャンフローヨガ hiormi			