

2020年9月度 YMCオンラインヨガレッスン

2020.08.26 更新

	月	1 火	2 水	3 木	4 金	5 土	6 日
10:00		要システム予約 10:30~11:30 骨盤調整ヨガ 美都くらら	要システム予約 10:30~11:30 パワーヨガ 本田雄介	要システム予約 10:30~11:30 リラクソヨガ 白岩由紀子		要システム予約 9:10~10:10 ピラティス 佐藤美子	要システム予約 10:30~11:30 朝ヨガ 本田雄介
11:00							要システム予約 12:00~13:00 骨盤調整ヨガ 大塚真苗
12:00							
13:00							
14:00		要システム予約 14:00~15:00 パワーヨガ 川内ありさ	要システム予約 14:00~15:00 リラクソヨガ 美都くらら		要システム予約 14:00~15:00 リフレヨガ 美都くらら	要システム予約 15:00~16:00 ハタヨガピキナー 杉本卓万	要システム予約 16:10~17:10 肩こり解消ヨガ 藤井梨紗
15:00							
16:00		要システム予約 16:10~17:10 骨盤調整ヨガ 藤井梨紗		要システム予約 16:00~17:00 パワーヨガ 本田雄介		要システム予約 17:00~18:00 骨盤調整ヨガ 本田雄介	
17:00			要システム予約 18:00~19:00 骨盤調整ヨガ 美都くらら	要システム予約 18:00~19:00 小顔フェイシャルヨガ 川内ありさ	要システム予約 18:00~19:00 ピラティス 水野とも		
18:00							
19:00							
20:00							
	7 月	8 火	9 水	10 木	11 金	12 土	13 日
10:00	要システム予約 10:30~11:30 リラクソヨガ 美都くらら		要システム予約 10:30~11:30 パワーヨガ 本田雄介	要システム予約 10:30~11:30 ピラティス 水野とも	要システム予約 10:00~11:00 太陽礼拝 宮城由香	要システム予約 10:30~11:30 朝ヨガ 白岩由紀子	要システム予約 9:45~10:45 パワーピキナーヨガ 上村剛史
11:00							
12:00							
13:00							
14:00	要システム予約 15:00~16:00 小顔フェイシャルヨガ 藤井梨紗	要システム予約 14:30~15:30 骨盤調整ヨガ 齋藤己枝子	要システム予約 16:30~17:30 骨盤調整ヨガ 宮田奈緒	要システム予約 14:30~15:30 パワーヨガ 大塚真苗	要システム予約 14:30~15:30 フローヨガ 佐藤安彌	要システム予約 16:00~17:00 骨盤調整ヨガ 宮崎由里佳	要システム予約 17:00~18:00 リラクソヨガ 宮田奈緒
15:00							
16:00					要システム予約 15:50~15:50 リラクソヨガ 佐藤安彌		
17:00							
18:00	要システム予約 18:00~19:00 骨盤調整ヨガ 林 真矢	要システム予約 18:00~19:00 リラクソヨガ 佐藤美子	要システム予約 18:00~19:00 リラクソヨガ 本田雄介	要システム予約 18:00~19:00 骨盤調整ヨガ 美都くらら			
19:00							
20:00							
	14 月	15 火	16 水	17 木	18 金	19 土	20 日
10:00			要システム予約 10:30~11:30 リラクソヨガ 宮田奈緒	要システム予約 10:30~11:30 パワーヨガ 白岩由紀子	要システム予約 10:30~11:30 リラクソヨガ 白岩由紀子		要システム予約 10:30~11:30 リラクソヨガ 本田雄介
11:00							要システム予約 11:30~12:30 太陽礼拝 大塚真苗
12:00							
13:00							
14:00	要システム予約 14:30~15:30 骨盤調整ヨガ 梶井信子	要システム予約 14:30~15:30 リラクソヨガ 宮崎由里佳	要システム予約 16:00~17:00 ピラティス 佐藤美子	要システム予約 14:00~15:00 骨盤調整ヨガ 水野とも	要システム予約 14:00~15:00 パワーヨガ 林真矢	要システム予約 14:00~15:00 骨盤調整ヨガ 美都くらら	要システム予約 16:00~17:00 リラクソヨガ 本田雄介
15:00							
16:00			要システム予約 16:00~17:00 ピラティス 佐藤美子			要システム予約 16:00~17:00 パワーヨガ 美都くらら	
17:00							
18:00		要システム予約 18:00~19:00 パワーヨガ 美都くらら	要システム予約 18:00~19:00 骨盤調整ヨガ 林 真矢	要システム予約 18:00~19:00 リラクソヨガ 藤井彩生	要システム予約 18:00~19:00 骨盤調整ヨガ 美都くらら		
19:00							
20:00							
	21 月	22 火	23 水	24 木	25 金	26 土	27 日
10:00	要システム予約 10:30~11:30 骨盤調整ヨガ 本田雄介	要システム予約 10:30~11:30 骨盤調整ヨガ 大塚真苗	要システム予約 10:00~11:00 パワーピキナーヨガ 高西由貴子	要システム予約 10:30~11:30 骨盤調整ヨガ 美都くらら		要システム予約 9:10~10:10 ピラティス 佐藤美子	要システム予約 10:30~11:30 朝ヨガ 大塚真苗
11:00							
12:00							
13:00							
14:00	要システム予約 14:30~15:30 ハタヨガ 梶井信子	要システム予約 16:00~17:00 パワーヨガ 佐藤美子	要システム予約 14:00~15:00 リラクソヨガ 宮崎由里香	要システム予約 14:30~15:30 パワーピキナーヨガ 美都くらら	要システム予約 14:30~15:30 フローヨガ 佐藤安彌	要システム予約 16:00~17:00 骨盤調整ヨガ 本田雄介	要システム予約 14:30~15:30 パワーヨガ 本田雄介
15:00							
16:00					要システム予約 15:50~15:50 リラクソヨガ 佐藤安彌	要システム予約 16:00~17:00 骨盤調整ヨガ 本田雄介	要システム予約 17:00~18:00 骨盤調整ヨガ 林 真矢
17:00							
18:00	要システム予約 18:00~19:00 ピラティス 水野とも	要システム予約 18:00~19:00 リラクソヨガ 藤井梨紗	要システム予約 18:00~19:00 ピラティス 佐藤美子	要システム予約 18:00~19:00 パワーヨガ 本田雄介			
19:00							
20:00							
	28 月	29 火	30	◆背景が緑のレッスンは YMC各校のスタジオレッスンをライブ配信をするかたちでの提供になります。 ※ご予約のめ切は前日の17時までとなります。 ※ご参加方法については、ご予約者の方に前日メールにてオンラインレッスンに必要なIDとパスワードのご案内を行っています。		◆zoom レッスンには 「YMC予約システム」から事前予約が必要です。 ※ご予約のめ切は前日の17時までとなります ※ご参加方法については、ご予約者の方に前日メールにてご案内を行っています。	
10:00			要システム予約 10:30~11:30 ピラティス 佐藤美子				
11:00							
12:00							
13:00							
14:00	要システム予約 14:00~15:00 パワーヨガ 川内ありさ		要システム予約 14:00~15:00 パワーヨガ 大塚真苗				
15:00							
16:00		要システム予約 16:00~17:00 骨盤調整ヨガ 齋藤己枝子	要システム予約 18:00~19:00 リラクソヨガ 川内ありさ				
17:00							
18:00	要システム予約 18:00~19:00 骨盤調整ヨガ 大塚真苗						
19:00							
20:00							