

名古屋校 2021年 2月 ヨガレッスンスケジュール

2020/12/1更新

月	火	水	木	金	土	日	
1	2	3	4	5	6	7	
				ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	
10:30 ちかこ 骨盤調整ヨガ ★2	休校日		10:30 大橋麻美 陰ヨガ ☆	10:30 JUN パワービギナー ★3			
11:50 ちかこ シェイプアップヨガ ★3			11:50 大橋麻美 ヴィンヤサフロア ★3	11:50 JUN アロマヨガ ★1			
13:10 JUN デトックスヨガ ★2		14:30 MIYO リラックスヨガ ★1	14:30 勝川美紀 ヴィンヤサフロア ★3	14:00~17:00 ※受講生限定※ 自主練可能時間	14:00~17:00 ※受講生限定※ 自主練可能時間	14:30 CHIKA パワービギナー ★3	
14:30 JUN リラックスヨガ ★1		15:50 MIYO 骨盤調整ヨガ ★2	15:50 勝川美紀 陰ヨガ ☆			15:50 CHIKA 肩こり解消ヨガ ★2	
		18:15 KUU デトックスヨガ ★3	18:45 宗園美樹 パワービギナー ★3	18:15 本橋佑美 ピラティス ★3	18:15 KYOKO ヴィンヤサフロア ★3		
	19:30 KUU リラックスヨガ ★2	20:00 宗園美樹 リラックスヨガ ★1	19:30 本橋佑美 肩こり解消ヨガ ★2	19:30 KYOKO リラックスヨガ ★1			
8	9	10	11	12	13	14	
ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	
10:30 ちかこ 肩こり解消ヨガ ★2			10:30 大橋麻美 デトックスヨガ ★3	10:30 林 真矢 月礼拝 ★3		10:15 秋本佳奈 モーニングフロー★2	
11:50 ちかこ アロマヨガ ★1			11:50 大橋麻美 小顔フェイシャルヨガ★2	11:50 林 真矢 陰ヨガ ☆		11:30 秋本佳奈 パワービギナー ★3	
13:10 JUN パワービギナー ★3	14:30 KEI リラックスヨガ ★1	14:30 勝川美紀 パワービギナー ★3		14:00~17:00 ※受講生限定※ 自主練可能時間		14:30 本橋佑美 インナービューティ★3	
14:30 JUN 骨盤調整ヨガ ★2	15:50 KEI デトックスヨガ ★3	15:50 勝川美紀 アロマヨガ ★1				15:50 本橋佑美 肩こり解消ヨガ ★2	
	18:15 MIYO リラックスヨガ ★2	18:45 楓佳代子 アロマヨガ ★3		18:15 宗園美樹 シェイプアップヨガ★3			
	19:30 MIYO 骨盤調整ヨガ ★2	20:00 楓佳代子 デトックスヨガ ★2		19:30 宗園美樹 リラックスヨガ ★1			
15	16	17	18	19	20	21	
ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	
10:30 ちかこ 肩こり解消ヨガ ★2			10:30 林 真矢 ヴィンヤサフロア ★3	10:30 JUN 骨盤調整ヨガ ★2	10:15 NOZOMI リラックスヨガ ★1		
11:50 ちかこ 美脚ヨガ ★2			11:50 林 真矢 陰ヨガ ☆	11:50 JUN アロマヨガ ★1	11:30 NOZOMI パワービギナー ★2		
13:10 林 真矢 アロマヨガ ★1	14:30 MIYO パワービギナー ★3	14:30 勝川美紀 陰ヨガ ☆	14:00~17:00 ※受講生限定※ 自主練可能時間	14:00~17:00 ※受講生限定※ 自主練可能時間		14:30 CHIKA 肩こり解消ヨガ ★2	
	15:50 MIYO リラックスヨガ ★1	15:50 勝川美紀 ハタヨガ ★3				15:50 CHIKA デトックスヨガ ★3	
	18:15 KEI リラックスヨガ ★2	18:45 宗園美樹 パワービギナー ★3	18:15 本橋佑美 デトックスヨガ ★2	18:15 KYOKO リラックスヨガ ★1			
	19:30 KEI 骨盤調整ヨガ ★2	20:00 宗園美樹 デトックスヨガ ★1	19:30 本橋佑美 ピラティス ★3	19:30 KYOKO ヴィンヤサフロア ★3			
22	23	24	25	26	27	28	
ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	ヨガルームA ヨガルームB	
10:30 ちかこ 骨盤調整ヨガ ★2	10:30 林 真矢 月礼拝 ★3		10:30 水野とも ピラティス ★3	10:30 林 真矢 骨盤調整ヨガ ★3	10:15 秋本佳奈 モーニングフロー★2		
11:50 ちかこ アロマヨガ ★1	11:50 林 真矢 陰ヨガ ☆		11:50 水野とも ヴィンヤサフロア ★3	11:50 林 真矢 アロマヨガ ★1	11:30 秋本佳奈 パワービギナー ★3		
13:10 JUN デトックスヨガ ★2	14:30 KEI シェイプアップヨガ ★4	14:30 勝川美紀 骨盤調整ヨガ ★2	14:00~17:00 ※受講生限定※ 自主練可能時間	14:00~17:00 ※受講生限定※ 自主練可能時間		14:30 CHIKA デトックスヨガ ★3	
14:30 JUN リラックスヨガ ★1	15:50 KEI リラックスヨガ ★2	15:50 勝川美紀 陰ヨガ ☆				15:50 CHIKA ヴィンヤサフロア ★3	
		18:45 KUU アロマヨガ ★2	18:15 宗園美樹 月礼拝 ★3	18:15 KYOKO ヴィンヤサフロア ★3			
		20:00 KUU ヒーリングヨガ ★1	19:30 宗園美樹 アロマヨガ ★1	19:30 KYOKO リラックスヨガ ★1			

【ドロップイン予約方法】
1レッスン=2,500円
申込はメール：nagoya@ymc-rise.co.jpまで
《お名前・連絡先・日付・レッスン時間》
を明記しご連絡ください。

☆フルムーンキャンペーン☆
☆各種IHTAセミナー当日もヨガグッズがお得にご購入いただけます。
ヨガワークスのヨガグッズが
10%OFFでご購入いただけます♪
※当日購入商品が対象となります。

