


仙台校 2023年 2月ヨガレッスンスケジュール

2022/1/1更新

月	火	水	木	金	土	日
6	7	8	9	10	11	12
						
<p>☺★フルムーンキャンペーン★☺ 2/3~9</p>						
<p>☺★フルムーンキャンペーン★☺ 2/3~9 の期間、ヨガグッズ商品が10%OFF</p>						
<p>休校日</p>						
<p>★オンラインレッスンも開催中★</p> <p>お家でもヨガしましょう！ 予約時は校舎を「オンライン」にして検索してください</p> 						
<p>10:30 門馬聖菜 パワーヨガ</p> <p>11:50 門馬聖菜 骨盤調整ヨガ</p> <p>18:30 佐藤まゆみ パワーピネーヨガ</p> <p>19:50 佐藤まゆみ 肩こり解消ヨガ</p>	<p>10:00~13:10 整体コース</p> <p>10:30 門馬聖菜 ヴィンヤサフロ-ヨガ</p> <p>11:50 門馬聖菜 骨盤調整ヨガ</p> <p>18:30 佐藤美子 ピラティス</p> <p>19:50 佐藤美子 リラクセスヨガ</p>	<p>10:00~14:00 オンラインコース</p> <p>10:30 門馬聖菜 デトックスヨガ</p> <p>11:50 門馬聖菜 フロ-ヨガ</p> <p>18:30 佐藤まゆみ リラクセスヨガ</p> <p>19:50 佐藤まゆみ 骨盤調整ヨガ</p>	<p>10:00~14:00 オンラインコース</p> <p>10:30 門馬聖菜 シェイプアップヨガ</p> <p>11:50 門馬聖菜 リラクセスヨガ</p> <p>18:30 佐藤まゆみ デトックスヨガ</p> <p>19:50 佐藤まゆみ パワーピネーヨガ</p>	<p>10:30~14:30 ヨガ2級</p> <p>18:30 藤井梨紗 ピラティス</p> <p>19:50 藤井梨紗 肩こり解消ヨガ</p>	<p>10:00~13:10 整体コース</p> <p>10:30 佐藤美子 骨盤調整ヨガ</p> <p>13:30~17:30 ヨガ1級</p> <p>8 佐藤美子</p> <p>16:10 藤井梨紗 月孔柱</p>	<p>9:00~13:00 わたり+通学RYT</p> <p>12 藤井梨紗</p> <p>13:20~16:30 整体コース</p> <p>13:20~16:30 整体コース</p> <p>15:00~19:00 オンラインコース</p>
<p>10:30 藤田文江 パワーヨガ</p> <p>11:50 藤田文江 リラクセスヨガ</p>	<p>10:30 佐藤まゆみ シェイプアップヨガ</p> <p>11:50 門馬聖菜 肩こり解消ヨガ</p> <p>18:30 藤井梨紗 月孔柱</p> <p>19:50 藤井梨紗 肩こり解消ヨガ</p>	<p>10:00~13:10 整体コース</p> <p>10:30 門馬聖菜 ヴィンヤサフロ-ヨガ</p> <p>11:50 門馬聖菜 骨盤調整ヨガ</p> <p>18:30 佐藤まゆみ リラクセスヨガ</p> <p>19:50 佐藤まゆみ デトックスヨガ</p>	<p>10:00~14:00 オンラインコース</p> <p>10:30 門馬聖菜 パワーヨガ</p> <p>11:50 門馬聖菜 リラクセスヨガ</p> <p>18:30 佐藤まゆみ デトックスヨガ</p> <p>19:50 佐藤まゆみ パワーピネーヨガ</p>	<p>10:30~14:30 ヨガ1級</p> <p>1 佐藤美子</p> <p>16:10 佐藤美子 骨盤調整ヨガ</p>	<p>10:00~13:10 整体コース</p> <p>10:30 佐藤美子 肩こり解消ヨガ</p> <p>13:30~17:30 ヨガ1級</p> <p>10 佐藤美子</p> <p>16:10 藤井梨紗 デトックスヨガ</p>	<p>9:00~13:00 わたり+通学RYT</p> <p>14 藤井梨紗</p> <p>13:20~16:30 整体コース</p> <p>15:00~19:00 オンラインコース</p>
<p>10:30 藤田文江 パワーヨガ</p> <p>11:50 藤田文江 リラクセスヨガ</p>	<p>10:30 佐藤まゆみ シェイプアップヨガ</p> <p>11:50 門馬聖菜 肩こり解消ヨガ</p> <p>18:30 藤井梨紗 月孔柱</p> <p>19:50 藤井梨紗 肩こり解消ヨガ</p>	<p>10:00~13:10 整体コース</p> <p>10:30 門馬聖菜 ヴィンヤサフロ-ヨガ</p> <p>11:50 門馬聖菜 骨盤調整ヨガ</p> <p>18:30 佐藤まゆみ リラクセスヨガ</p> <p>19:50 佐藤まゆみ デトックスヨガ</p>	<p>10:00~14:00 オンラインコース</p> <p>10:30 門馬聖菜 パワーヨガ</p> <p>11:50 門馬聖菜 リラクセスヨガ</p> <p>16:10 佐藤美子 骨盤調整ヨガ</p>	<p>10:30~14:30 ヨガ1級</p> <p>2 佐藤美子</p>	<p>10:00~13:10 整体コース</p> <p>10:30 佐藤美子 骨盤調整ヨガ</p> <p>13:30~17:30 ヨガ1級</p> <p>11 佐藤美子</p> <p>16:10 藤井梨紗 ピラティス</p>	<p>9:00~13:00 わたり+通学RYT</p> <p>15 藤井梨紗</p> <p>13:20~16:30 整体コース</p> <p>15:00~19:00 オンラインコース</p>
<p>10:30 藤田文江 パワーヨガ</p> <p>11:50 藤田文江 骨盤調整ヨガ</p>	<p>10:30 門馬聖菜 パワーヨガ</p> <p>11:50 門馬聖菜 リラクセスヨガ</p> <p>18:30 佐藤美子 ピラティス</p> <p>19:50 佐藤美子 フロ-ヨガ</p>	<p>10:00~13:10 整体コース</p> <p>10:30 門馬聖菜 ヴィンヤサフロ-ヨガ</p> <p>11:50 門馬聖菜 骨盤調整ヨガ</p> <p>18:30 佐藤まゆみ リラクセスヨガ</p> <p>19:50 佐藤まゆみ デトックスヨガ</p>	<p>10:00~14:00 オンラインコース</p> <p>10:30 門馬聖菜 ヴィンヤサフロ-ヨガ</p> <p>11:50 門馬聖菜 骨盤調整ヨガ</p> <p>18:30 佐藤まゆみ デトックスヨガ</p> <p>19:50 佐藤まゆみ パワーピネーヨガ</p>	<p>2,500円の特別+♡♡ お申込みは 仙居校にご連絡★ 10:30~12:00 ★特別レッスン★ 放課後3カ ~17:00 骨盤調整編~ 門馬聖菜</p> <p>10:30~14:30 ヨガ1級</p> <p>2 佐藤美子</p>	<p>10:00~13:10 整体コース</p> <p>10:30 佐藤美子 骨盤調整ヨガ</p> <p>13:30~17:30 ヨガ1級</p> <p>11 佐藤美子</p> <p>16:10 藤井梨紗 ピラティス</p>	<p>9:00~13:00 わたり+通学RYT</p> <p>15 藤井梨紗</p> <p>13:20~16:30 整体コース</p> <p>15:00~19:00 オンラインコース</p>

講師の深いレッスン
※どなたでも参加いただけます

ヨガ教室の入門レッスン
※どなたでも参加いただけます

オリジナルレッスン
※どなたでも参加いただけます

有料イベントレッスン
会員・準会員 1回 2,500円

1.R 産後コース2級ヨガ資格
※ご契約後の参加可

R.Y.T. 1級・2級特約コース講座
※ご契約後の参加可

I.H.T.A 留飲ワークショッ
※お申し込みはI.H.T.Aのサイトより

