



2019.01 Schedule

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
			07:30-09:30 アシュタンガヨガ マイソールクラス 09:45-10:45 美脚美尻骨盤ヨガ	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ プライマリ-レッド	10:00-11:00 月経血ヨガ ↑湊有紀先生↑	09:45-11:45 月のヨガWS 月と共に生きよう… ↑湊有紀先生↑
7	8	9	10	11	12	13
10:00-11:00 月経血ヨガ	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ プライマリ-レッド	10:00-11:15 月経血フロー-ヨガ	11:30-12:30 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール ※平日ナイトフリー の方は12日へ振替可能	09:30-10:45 美背中フロー-ヨガ	
14	15	16	17	18	19	20
	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソール	10:00-11:15 月経血フロー-ヨガ	11:30-12:30 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール 19:30-20:15 体験&ビギナー限定 3名定員ハタヨガ	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール	09:30-10:45 美背中フロー-ヨガ
21	22	23	24	25	26	27
	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソール	10:00-11:15 月経血フロー-ヨガ	11:30-12:30 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ プライマリ-レッド	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール 19:30-20:15 体験&ビギナー限定 3名定員ハタヨガ	09:30-10:45 美背中フロー-ヨガ	07:30-09:30 アシュタンガヨガ マイソールクラス 09:45-10:45 美脚美尻骨盤ヨガ
28	29	30	31	01月キャンペーン ①ナイトフリー：平日夜&週末土or日通い放題 = 10,800円 ②平日ナイトフリー：平日夜だけ通い放題チケット ※月～金夜通い放題(祝日は朝OK&休講日→翌土or日に振替) ナント4回券とほぼ同額の 8,640円! ? ③1ヶ月ぶり券25%OFF→ 12,000円 (通常18,000円)		
10:00-11:00 月経血ヨガ	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソール 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソール	10:00-11:15 月経血フロー-ヨガ	11:30-12:30 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス			
完全予約制の少人数クラスです。お電話またはメールでご予約お願いします。						
Tel : 080-1888-7597 Mail : power@inhalexexhale.com 札幌市中央区南1条西24丁目1-17カーニバルビル2階 http://www.inhalexexhale.com						
				Facebook 始めました★ “いいね!”お待ちしております♪		
YOJI YUKI	MINAKO	MARIKO	ASUMI	AYUMI	AYAKA	