




# 2022.04 Schedule

[S]=スタジオ [Z]=ZOOM

月	火	水	木	金	土	日
<b>04月体験キャンペーン</b> ①ナイトフリー：平日夜&祝土日通い放題= <b>10,800円</b> ※月～金夜+週末通い放題(祝日は朝OK) ③1ヶ月フリー券25%OFF→ <b>12,960円</b> (通常18,000円) [S]=スタジオクラス [Z]=ZOOMクラス				1	2	3
				09:30-10:30 アシュタンガ入門[S]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[S]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[S]
				09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]
				20:00-20:40 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]		10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ 前屈フロー[SZ]
4	5	6	7	8	9	10
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[S]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[S]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[SZ]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[S]	09:00-10:00 アシュタンガヨガ スタンディング[SZ]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[S]
10:00-11:00 月経血ヨガ[S]	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]			09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]		08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]
19:15-20:15 アシュタンガ入門[S]			19:15-20:15 アシュタンガ入門[S]			10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ 前屈フロー[SZ]
19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[SZ]	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[SZ]	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	20:00-20:40 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]		
20:00-20:30 月経血ヨガ[Z]						
11	12	13	14	15	16	17
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[S]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[S]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[SZ]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[S]	09:00-10:00 アシュタンガ入門[Z]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[S]
10:00-11:00 月経血ヨガ[S]	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]			09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	09:00-10:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]
19:15-20:15 アシュタンガ入門[S]			19:15-20:15 アシュタンガ入門[S]		10:50-11:50 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル[Z]	
19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[SZ]	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[SZ]	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	20:00-20:40 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]		
20:00-20:30 月経血ヨガ[Z]						
18	19	20	21	22	23	24
10:00-11:00 月経血ヨガ[SZ]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[S]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[S]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[SZ]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[S]	09:00-10:00 パワーヨガ[Z]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[S]
	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]			09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]		08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]
		19:15-20:15 アシュタンガ入門[S]		19:15-20:15 アシュタンガ入門[S]		10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ ベーシック[SZ]
	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[Z]	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[SZ]	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]		
20:00-20:30 月経血ヨガ[Z]						
25	26	27	28	29	30	1
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[S]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[S]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[SZ]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[S]	09:00-10:15 パワーヨガ[Z]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[S]
10:00-11:00 月経血ヨガ[S]	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]			08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]		08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]
19:15-20:15 アシュタンガ入門[S]			19:15-20:15 アシュタンガ入門[S]			10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ ベーシック[SZ]
19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[SZ]	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[SZ]	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]			
20:00-20:30 月経血ヨガ[Z]						
2	3	4	5	少人数完全予約制です。お電話またはメールでご予約をお願いします。 Mail: sapporoiyc@yahoo.co.jp 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		
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z]	フリー券各種 有効期限延長日	08:00-09:00 アシュタンガ入門[S]	08:00-09:00 アシュタンガ入門	 Facebook 始めました★ “いいね!”お待ちしております♪		
10:00-11:00 月経血ヨガ[S]		08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[SZ]	08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス			
			10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ ???			
20:00-20:30 月経血ヨガ[Z]						
YUKI	YOJI	MINAKO				

