



2024.04 Schedule

[S]=スタジオ [Z]=ZOOM

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
09:30-11:00[S] マユミアシュタンガヨガ	06:00-06:30[Z] 朝骨ヨガ	06:00-06:30[Z] 朝骨ヨガ	06:00-06:30[Z] 朝骨ヨガ	09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門	09:00-10:30[SZ] アシュタンガマイソール	07:00-09:00[Z] アシュタンガマイソール
▲大通TORON▲	09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門	10:00-11:15[SZ] 月経血フローヨガ	朝骨ヨガ・どんな方でも参加OK ID取得の為、要予約!!	09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール	▲YOJI▲	08:30-09:30[SZ] アシュタンガ入門
	09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール	13:30-15:00[S] オリエアシュタンガヨガ				08:30-10:15[SZ] アシュタンガマイソール
	Nフリー券 期間延長日	▲大通TORON▲				
		21:05-21:35[Z] 月経血ヨガ	Nフリー券 期間延長日	19:10-20:10[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ		
				20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ		
8	9	10	11	12	13	14
09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール	08:00-09:00[Z] 月経血ヨガ	10:00-11:15[SZ] 月経血フローヨガ	10:30-11:45[SZ] 背骨ヨガ(セラピー)	09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門	08:00-09:00[SZ] アシュタンガ入門	08:00-09:00[SZ] アシュタンガ入門
09:30-11:00[S] マユミアシュタンガヨガ	09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門	13:30-15:00[S] オリエアシュタンガヨガ		09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール	08:00-09:45[SZ] アシュタンガマイソール	08:00-09:50[SZ] アシュタンガマイソール
	09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール				10:00-10:00[SZ] 美脚FIT	10:00-11:00[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル
19:10-20:40[SZ] アシュタンガマイソール			19:10-20:10[SZ] アシュタンガ入門			▲遠隔無料クラス▲
21:05-21:35[Z] 月経血ヨガ	19:10-20:10[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ	19:10-20:20[SZ] アシュタンガヨガハーフ	19:10-20:40[SZ] アシュタンガマイソール	20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ		
15	16	17	18	19	20	21
08:00-09:00[Z] 月経血ヨガ	09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門	10:00-11:15[SZ] 月経血フローヨガ		09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門	09:00-10:15[SZ] アシュタンガヨガ	08:00-09:00[SZ] アシュタンガ入門
08:30-10:15[SZ] アシュタンガマイソール	09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール	13:30-15:00[S] オリエアシュタンガヨガ		09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール	女性のためのハーフ	08:00-09:45[SZ] アシュタンガマイソール
10:30-11:45[SZ] 背骨ヨガ(セラピー)					▲YUKI▲	10:00-10:00[SZ] 美脚FIT
19:10-20:40[SZ] アシュタンガマイソール			19:10-20:10[SZ] アシュタンガ入門	19:10-20:10[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ		
21:05-21:35[Z] 月経血ヨガ	19:10-20:20[SZ] アシュタンガヨガハーフ		19:10-20:40[SZ] アシュタンガマイソール	20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ		
22	23	24	25	26	27	28
08:00-09:00[Z] 月経血ヨガ	09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門	10:00-11:15[SZ] 月経血フローヨガ		09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門	09:00-10:30[SZ] アシュタンガマイソール	09:00-10:00[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル
09:00-10:45[SZ] アシュタンガマイソール	09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール	13:30-15:00[S] オリエアシュタンガヨガ		09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール	▲YUKI▲	
09:30-11:00[S] マユミアシュタンガヨガ						
19:10-20:40[SZ] アシュタンガマイソール			19:10-20:10[SZ] アシュタンガ入門			
21:05-21:35[Z] 月経血ヨガ	19:10-20:10[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ	19:10-20:20[SZ] アシュタンガヨガハーフ	19:10-20:40[SZ] アシュタンガマイソール	20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ		
29	30	1	2	3		
08:00-09:45[SZ] アシュタンガ入門	09:15-10:15[SZ] アシュタンガ入門	10:00-11:15[SZ] 月経血フローヨガ	08:30-10:15[SZ] アシュタンガマイソール	09:00-10:00[SZ] アシュタンガ入門		
08:30-10:45[SZ] アシュタンガマイソール	09:15-11:00[SZ] アシュタンガマイソール	13:00-15:30[S] オリエアシュタンガヨガ	10:30-11:45[SZ] 背骨ヨガ(セラピー)	09:00-10:45[SZ] アシュタンガマイソール		
	19:10-20:10[SZ] アシュタンガ入門		19:10-20:10[SZ] アシュタンガ入門			
	19:10-20:40[SZ] アシュタンガマイソール	19:10-20:10[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ	19:10-20:40[SZ] アシュタンガマイソール	20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ		

04月体験キャンペーン

- ①ナイトフリー：平日夜&祝土日通い放題=10,800円
※月～金夜+週末通い放題(祝日は朝OK)
- ③1ヶ月フリー券25%OFF→12,960円(通常18,000円)

[S]=スタジオクラス [Z]=ZOOMクラス

少人数完全予約制です。お電話またはメールでご予約お願いします。

円山)札幌市中央区南1条西24丁目1-17ケイワ2階
大通TORON)札幌市中央区南1条西7丁目大通パーク2階
<http://www.inhalexehale.com>
Mail:sapporoicy@yahoo.co.jp



YUKI

YOJI

MINAKO

大通マイソール