



2024.05 Schedule

[S]=スタジオ [Z]=ZOOM

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
		10:00-11:15[S] 月経血フローヨガ 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 10:30-11:45[SZ] 背骨ヨガ(セラピー) 19:10-20:10[SZ] アシュタンガ入門	09:00-10:00[SZ] アシュタンガ入門 09:15-10:45[SZ] アシュタンガマイソール		10:00-11:00[SZ] 美脚FIT
		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		
6	7	8	9	10	11	12
08:00-09:00[SZ] アシュタンガ入門 08:00-09:45[SZ] アシュタンガマイソール 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 09:15-11:00[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	10:00-11:15[S] 月経血フローヨガ 13:30-15:00[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) 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	09:15-10:15[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 20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ		08:00-09:00[SZ] アシュタンガ入門 08:00-09:50[SZ] アシュタンガマイソール 10:00-11:00[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル
13	14	15	16	17	18	19
09:30-11:00[S] マユミアシュタンガヨガ	08:00-09:00[Z] 月経血ヨガ 09:15-10:15[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	10:00-11:15[S] 月経血フローヨガ 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 10:30-11:45[SZ] 背骨ヨガ(セラピー) 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	09:15-11:00[S] アシュタンガマイソール 20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ	08:30-09:45[S] 月経血フローヨガ	
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	19:10-20:20[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	21	22	23	24	25	26
08:00-09:00[Z] 月経血ヨガ 09:30-11:00[S] マユミアシュタンガヨガ 21:05-21:35[Z] 月経血ヨガ	09:15-11:00[S] アシュタンガマイソール	10:00-11:15[S] 月経血フローヨガ 13:30-15:00[S] オリエアシュタンガヨガ 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	08:30-10:15[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) 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	09:15-10:15[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 20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ	08:00-09:00[SZ] アシュタンガ入門 08:00-09:45[SZ] アシュタンガマイソール 09:50-10:50[Z] 美脚FIT	09:30-10:30[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル
27	28	29	30	31		
08:00-09:00[Z] 月経血ヨガ 09:00-10:45[SZ] アシュタンガマイソール 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 21:05-21:35[Z] 月経血ヨガ	09:15-10:15[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 19:10-20:10[SZ] 美脚美尻骨盤ヨガ	10:00-11:15[S] 月経血フローヨガ 13:30-15:00[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) 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	09:15-10:15[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 20:30-21:10[Z] 美脚美尻骨盤ヨガ		

05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

ORIE

大通マイソール