2018年 4月2～8日　アッハ町田　ホットスタジオ　タイムスケジュール

ahより皆様へのお知らせ	≪マッサージクラス≫はお手持ちのマッサージオイルかクリーム、バームなどをご用意頂いてご受講ください。　★マークは強度の目安です。

	2 Mon.	3 Tue.	4 Wed.	5 Thu.	6 Fri.	7 Sat.	8 Sun.
10:00	パワーヨガ 10：00～11：00 ★★★ Eimi	ヨガベーシック 10：00～11：00 ★ nana	リラックスヨガ 10：00～11：00 ★ Akari☆	休館日	リフレッシュヨガ 10：00～11：00 ★★ まき	ヨガベーシック 10：00～11：00 ★★ Eimi	リフレッシュヨガ 10：00～11：00 ★★ eimy
11:00							
12:00	ヨガベーシック 11：30～12：30 ★★ Eimi		《マッサージクラス》 リンパデトックスヨガ 11：30～12：30 ★★ Akari☆		リラックスヨガ 11：30～12：30 ★ まき	リフレッシュヨガ 11：30～12：30 ★★★ Eimi	骨盤ヨガ 11：30～12：30 ★ eimy
13:00							
14:00	ヨガベーシック 14：30～15：30 ★★ Ayumi	リフレッシュヨガ 14：30～15：30 ★★★ Ryu			リラックスヨガ 14：30～15：30 ★ eimy	ミュージックヨガ 14：30～15：30 ★★★ 霜 倉	リラックスヨガ 14：30～15：30 ★ マ イ
15:00							
16:00						陰ヨガ 16：00～17：00 ★ でんでん	ヨガベーシック 16：00～17：00 ★★ マ イ
17:00							
18:00						パワーヨガ 17：30～18：30 ★★★ でんでん	
19:00	ハタヨガ 19：00～20：00 ★★ Akari☆	リフレッシュヨガ 19：00～20：00 ★★ Megumi	ヨガベーシック 19：00～20：00 ★★ トオル		パワーヨガ 19：00～20：00 ★★★ あゆみ		
20:00							
21:00	relaxationフローヨガ 20：30～21：30 ★★ Akari☆	リラックスヨガ 20：30～21：30 ★ Megumi	パワーヨガ 20：30～21：30 ★ トオル		リフレッシュヨガ 20：30～21：30 ★★ あゆみ		