

2018年 1月22～28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。					
	22 Mon.	23 Tue.	24 Wed.	25 Thu.	26 Fri.	27 Sat.	28 Sun.
10:00	パワーヨガ 10:00～11:00 Eimi	ヨガベーシック 10:00～11:00 HAYAMI	経絡ヨガ 10:00～11:00 Akari☆	休 館 日	リフレッシュヨガ 10:00～11:00 まき	リラックスヨガ 10:00～11:00 eimy	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☆		《マッサージクラス》 リンパデトックスヨガ 11:30～12:30 まき	リフレッシュヨガ 11:30～12:30 eimy	骨盤ヨガ 11:30～12:30 eimy
13:00							
14:00							
15:00	ヨガベーシック 14:30～15:30 Ayumi	リフレッシュヨガ 14:30～15:30 Eimi			リラックスヨガ 14:30～15:30 eimy	ミュージックヨガ 14:30～15:30 霧倉	リラックスヨガ 14:30～15:30 マイ
16:00							
17:00						陰ヨガ 16:00～17:00 でんでん	ヨガベーシック 16:00～17:00 マイ
18:00							
19:00							
20:00	ハタヨガ 19:00～20:00 Akari☆	リフレッシュヨガ 19:00～20:00 Megumi	リズムヨガ 19:00～20:00 あゆみ		パワーヨガ 19:00～20:00 あゆみ		
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	リフレッシュヨガ 20:30～21:30 あゆみ		リフレッシュヨガ 20:30～21:30 あゆみ		
22:00							