






# 1月3日(土) お正月特別スケジュール

	2FスタジオA	3FスタジオB	各プログラムについて
9:30	■定員45名		<ul style="list-style-type: none"> <li>・色がついているレッスンは初めての方でも安心してご参加いただけるレッスンです。</li> <li>・スタジオへの入場はレッスン開始10分前からです。</li> <li>・急な休講・変更がある場合がございます。</li> </ul>
10:00	9:45-10:30 やすらぎヨーガ AUM 		
10:30	■定員45名		
11:00	10:45-11:30 トラディショナルヨーガ AUM		
11:30			
12:00	11:45-12:30 Group Groove(映像)		
12:30			
13:00	12:45-13:30 Group Fight(映像)	■定員27名 13:00-13:30 ホットヨーガ・ベーシック Mari 	
13:30		【ホットスタジオ・中温】	
14:00	13:45-14:30 Group Centergy(映像)	■定員27名 14:00-14:30 ホットヨーガ・ベーシック Mari 	
14:30		■定員27名	
15:00	14:45-15:30 Group Power(映像)	14:45-15:30 ホットヨーガ・アドバンス Mari	
15:30			
16:00	15:45-16:30 Group Fight(映像)	■定員27名 16:15-17:00 ホットスタイルピラティス 飯島美紀 	
16:30			
17:00	16:45-17:30 Group Blast(映像)	■定員30名 17:30-18:00 Group Groove 飯島美紀 	
17:30			
18:00			
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			