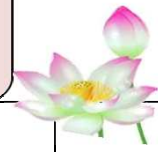



高岡店11月レッスンスケジュール

ヨガスタジオbi高岡店(0766-28-1188)

11/3(土)の祝日スケジュール
 9:00 OPEN 20:00 アロマフローヨガ (のりこ)
 10:00 20:10 調整ヨガ (まさみ)
 11:00 20:13 30:00 クロスタ
 12:00 20:14 50:00 やさしいヨガ (ひろみ)
 13:00 20:16 10:00 ヴィンヤサヨガ (さとこ)
 14:00 30:00 CLOSE



日	月	火	水	木	金	土	
9:00						9:00	
10:00	♡..ヨガを始められる方初心者の方におすすめです。 😊..少し慣れてこられた方におすすめです。			休館日  13:00~14:00 8,22日のみ リカパリーヨガ ・要予約 ・別途料金		9:30~10:30 ヴィンヤサヨガ MANAMI	
11:00	10:20~11:20 優しいアシュタंगा TOMOKO	10:20~11:20 アロマフローヨガ のりこ	10:20~11:20 やさしいヨガ とも ♡		10:20~11:20 メディカルヨガ ディピカ 😊	11:00~12:00 ♡ 10:..やさしいヨガ (ひろみ) 17:..アロップスヨガ (とも) 24:..アロマヨガ (ゆき)	
12:00	11:40~12:40 骨盤調整ヨガ まさみ ♡	11:40~12:40 やさしいヨガ ひろみ ♡	11:40~12:40 ハタヨガ ひろこ		11:40~12:40 ボディメイクヨガ 2.16まさみ 9.30ひろみ		
13:00	CLOSE					30 CLOSE	
14:00	13:30~14:30 ベーシックヨガ ディピカ 😊	13:00~14:00 アロマヨガ 智子 ♡	13:00~14:15 リストラティブヨガ とも ♡		13:00~14:00 陰ヨガ ひろみ ♡	13:00~14:00 ピラティス ゆうこ ♡	13:30~14:30 17日のみマタニティヨガ ・要予約、別途料金
15:00	14:45~15:15 プラーナ&瞑想						
16:00	15:30~16:30 4:..アロマフローヨガ (智子) 11:..ボディメイクヨガ (ひろみ) 18:..ヴィンヤサヨガ (さとこ) 25:..きれいになるヨガ (ひろみ)	CLOSE	CLOSE		CLOSE		
17:00	CLOSE						
18:00	17:50~18:50 デンセグリティィー・ヨガ MANAMI	18:00~19:00 やさしいヨガ TOMOKO ♡	17:45~18:45 アロマヨガ のりこ ♡			30 CLOSE	17:00~18:00 ♡ 10:..ピラティス (くみこ) 17:..調整ヨガ (MANAMI) 24:..骨盤調整ヨガ (まさみ)
19:00	19:10~20:10 アロマフローヨガ 智子	19:20~20:20 ピラティス ゆうこ ♡	19:00~20:00 調整ヨガ MANAMI ♡		18:00~19:00 flow&Yinヨガ ひろみ		18:20~19:20 優しいアシュタंगा TOMOKO
20:00	20:30~21:30 やさしいヨガ CHIAKI ♡	20:40~21:40 ヴィンヤサヨガ さとこ	20:15~21:15 リズムックヨガ ディピカ	19:30~20:30 骨盤調整ヨガ まさみ ♡		19:40~20:40 ♡ 10:..陰ヨガ (ひろみ) 17:..アロマヨガ (のりこ) 24:..やさしいヨガ (ひろみ)	
21:00							
22:00	CLOSE	CLOSE	CLOSE		CLOSE	CLOSE	

11/23(金)の祝日スケジュール
 9:00 OPEN
 10:00 11:00 アシュタंगाスペシャル (TOMOKO)
 11:00 12:00 やさしいヨガ (ひろみ)
 12:00 13:00 CLOSE
 13:00 14:00 アロマヨガ (智子)
 14:00 15:00 ハタヨガ (ひろこ)
 15:00 16:00 CLOSE