訂正版

２０１９年5月レッスンスケジュール

YOGA STUDIO ｂｉ 富山店 (076-491-7888)

♡‥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。

日

- 10:00〜11:00 ♡
  - 5‥やさしいヨガ（ゆ　み）
  - 12‥ピラティス　（ともみ）
  - 19‥やさしいヨガ（さとこ）
  - 26‥やさしいヨガ（ひろこ）
- 11:30〜12:30
  優しいアシュタンガヨガ
  TOMOKO
  - 26日 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー・90分（TOMOKO）
  - ★優しいｱｼｭﾀﾝｶﾞﾖｶﾞに慣れて来られた方にオススメのクラスです。一連のアーサナを最初から最後まで通して行います。
  - 26日 13：30 CLOSE
- 12日 イベント
  フォトセッションヨガ
  8:30〜12:20
  高岡市おとぎの森公園 お祭り広場にて
- CLOSE
- ★お知らせ・お願い★
  5/1(水)〜5/4(土) 祝GWの為休館とさせて頂きます。
  お間違いのないようお気を付け下さい。
  レッスン受講の際は、ご予約をお取りの上ご来館下さい。
  定員に達したレッスンへの受講は致しかねます。
  レッスン開始時間まで、スタジオにお入りください。

月

- 10:30〜11:30 ♡
  リズミックヨガ
  ディピカ
- 11:45〜12:15 ♡
  プラーナ&瞑想
  ディピカ
- 13:00〜14:00 ♡
  プロップスヨガ
  とも
- 5月6日(月)
  ★祝日スケジュール★
  - 9：45〜 OPEN
  - 10：00〜11：00 ヴィンヤサヨガ （さとこ）
  - 11：30〜12：30 やさしいヨガ （TOMOKO）
  - 〜13：00 CLOSE
- CLOSE
- 19:00〜20:00 ♡
  骨盤調整ヨガ
  やすこ
- 20:30〜21:30
  ヴィンヤサヨガ
  さとこ

火

- 10:30〜11:30 ♡
  ピラティス
  ともみ
- 11:50〜12:10 ♡
  フレックスヨガ
  ディピカ
- 12:30〜13:30
  ハタヨガ
  ディピカ
- CLOSE
- 18:00〜19:00 ☺
  ベーシックヨガ
  ディピカ
- 19:15〜19:45 ♡
  プラーナ&瞑想
  ディピカ
- 20:00〜21:00 ♡
  アロマヨガ
  智子

水

- 10:30〜11:30
  ヴィンヤサヨガ
  智子
- 13:00〜14:00 ♡
  やさしいヨガ
  TOMOKO
- CLOSE
- 18:30〜19:30 ☺
  ﾎﾞﾃﾞｨﾒｲｸﾋﾟﾗﾃｨｽ
  しのぶ
- 20:00〜21:00 ♡
  メディカルヨガ
  ディピカ

木

休館日

金

- 10:30〜11:30 ♡
  調整ヨガ
  MANAMI
- 10日メディカルヨガ 代行　ディピカ
- 12:30〜13:30 ♡
  10‥ﾘｽﾄﾗﾃｨﾌﾞﾖｶﾞ・90分（とも）
  17‥骨盤調整ヨガ　（まさみ）
  24‥フロー&陰ヨガ（ひろみ）
  31‥ベーシックヨガ（ﾃﾞｨﾋﾟｶ）
- 10日 14：30 CLOSE
- CLOSE
- 18:00〜19:00
  ハタヨガ
  ディピカ
- 19:20〜19:40 ♡
  フレックスヨガ
  ディピカ
- 20:00〜21:00 ♡
  やさしいヨガ
  TOMOKO

土

- 10:00〜10:50
  モーニングヨガ
  ディピカ
- 11:30〜12:30 ♡
  アロマヨガ
  智子
- CLOSE
- 17:00〜18:00 ♡
  11‥骨盤調整ヨガ　（やすこ）
  18‥ピラティス　（しのぶ）
  25‥やさしいヨガ　（智　子）
- 18:30〜19:20
  ムーンヨガ
  ディピカ