２０１９年2月レッスンスケジュール

YOGA STUDIO ｂｉ 富山店 (076-491-7888)

	日	月	火	水	木	金	土
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。				30 モーニングヨガ ディピカ 50
11:00	00 3..やさしいヨガ (さとこ) 10..やさしいヨガ (智 子) 17..やさしいヨガ (ひろこ) 24..やさしいヨガ (さとこ)	30 リズミックヨガ ディピカ	30 ピラティス ともみ ♡	30 ヴィンヤサヨガ 智子	休館日	30 調整ヨガ MANAMI ♡	
12:00	30 優しいアシュタンガヨガ TOMOKO	45 プラーナ&瞑想 ディピカ 15 ♡					30 アロマヨガ 智子 ♡
13:00			30 フレックスヨガ ディピカ 50 ♡			♡	
14:00	CLOSE	00 プロップスヨガ とも ♡	00 ハタヨガ ディピカ	00 やさしいヨガ TOMOKO ♡		00 1..リストラティブヨガ・90分(とも) 8..ベーシックヨガ(ディピカ) 15..フロー&陰ヨガ (ひろみ) 22..骨盤調整ヨガ(まさみ)	CLOSE
15:00		30 2月11日(月) ★祝日スケジュール★ • 9:30~ OPEN • 10:00~11:00 骨盤調整ヨガ (やすこ) • 11:30~12:30 ヴィンヤサヨガ(智 子) • ~13:00 CLOSE	30 CLOSE	30 CLOSE		30 1日 15:00 CLOSE	
16:00							
17:00							
18:00		CLOSE 00	30	00		CLOSE 30	00 2..やさしいヨガ (智 子) 9..骨盤調整ヨガ (やすこ) 16..ピラティス (しのぶ) 23..休講
19:00		30 骨盤調整ヨガ やすこ ♡	00 ベーシックヨガ ディピカ ♡	30 ボディメイクピラティス しのぶ ☺		00 ハタヨガ ディピカ	30 ムーンヨガ ディピカ 20
20:00			15 プラーナ&瞑想 ディピカ 45 ♡			20 フレックスヨガ ディピカ 40 ♡	
21:00		30 ヴィンヤサヨガ さとこ	00 アロマフローヨガ 智子	00 メディカルヨガ ディピカ ♡		00 やさしいヨガ TOMOKO ♡	
22:00		00	30	30		30	