2018 5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			♡‥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。		ॐ			9:00
10:00	30 6日 イベントのためCLOSE ※雨天時 プロップスヨガ（とも）						30	10:00
11:00	00 13‥やさしいヨガ （智 子） 20‥骨盤調整ヨガ （まさみ） 27‥やさしいヨガ （と も） 00 ♡	00 30 リズミックヨガ ディピカ 30	00 30 ピラティス ともみ ♡ 30	00 30 ヴィンヤサヨガ 智子 30	休館日	00 30 調整ヨガ MANAMI ♡ 30	00 モーニングヨガ ディピカ 50	11:00
12:00	30 優しいアシュタンガヨガ TOMOKO 30	45 プラーナ&瞑想 15 ディピカ ♡					15 アロマヨガ 智子 ♡ 15	12:00
13:00	6日 イベントのためCLOSE ※雨天時 Englishヨガ（ディピカ）		30 フレックスヨガ 50 ディピカ ♡				45	13:00
14:00	00 13‥リストラティブヨガ‥75分(とも) 20‥アロマヨガ （智 子） 27‥陰ヨガ （ひろみ） 00 ♡	00 プロップスヨガ とも ♡ 00	00 ハタヨガ ディピカ 00	00 やさしいヨガ TOMOKO ♡ 00		00 11‥リストラティブヨガ‥90分 （とも） 18‥リストラティブヨガ‥90分 （とも） 25‥陰ヨガ （ひろみ） 00 ♡ 11・18日‥15：00～CLOSE		14:00
15:00	30	30	30	30		30	5日 休館日	15:00
16:00						4日 休館日	CLOSE	16:00
17:00	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE		CLOSE	30	17:00
18:00		00	30 1日 CLOSE 00	00		30	00 12‥プロップスヨガ（とも） 19‥骨盤調整ヨガ （やすこ） 26‥ピラティス （しのぶ） 00 ♡	18:00
19:00		30 骨盤調整ヨガ やすこ ♡ 30	00 メディカルヨガ ディピカ ☺ 00	2日 CLOSE 30 ボディメイクピラティス しのぶ ☺ 30		00 ハタヨガ ディピカ 00	30 ムーンヨガ ディピカ 20	19:00
20:00			1日 CLOSE 15 プラーナ&瞑想 45 ディピカ ♡	2日 CLOSE		20 フレックスヨガ 40 ディピカ ♡		20:00
21:00		30 ベーシックヨガ ディピカ ☺ 30	00 ヴィンヤサヨガ 智子 00 1日 CLOSE	00 9‥プロップスヨガ（とも） 16‥アロマヨガ （智 子） 23‥プロップスヨガ（とも） 30‥アロマヨガ （智 子） 00 ♡		00 やさしいヨガ TOMOKO ♡ 00	00	21:00
22:00		00	30	30		30		22:00

★ゴールデンウイークのお知らせ★
- 5/1(火) 10:00～14:30までの短縮営業
- 5/2(水) 10:00～14:30までの短縮営業

この日は会員種別に関係なくご参加できます。
- 5/3(木)～5/5(土)までは休館日となります。

5/6(日)『パークヨガ in 布瀬南公園』
9:00～9:50 モーニングヨガ （ディピカ）
10:10～11:00 ペアヨガ （まさみ・ひろみ）
※雨天の場合
10:00～11:00 プロップスヨガ （と も）
11:30～12:30 優しいアシュタンガヨガ(TOMOKO)
13:00～14:00 Englishヨガ （ディピカ）