

2023年3月

YOGAスケジュール



月	火	水	木	金	土	日
27	28	1	2	3	4	5
	09:00~75分ととのうヨガ ★★★馬場たかみ		09:00~75分よりそうヨガ ★★ Yukachi(ユカチ)	09:00~60分ホットヨガ ★★ 代講 Akemi	09:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI	09:00~60分ホットヨガ ★★ 高村くによ
20:00~60分ホットヨガ ★★ 高村くによ	20:00~60分男女混合ホット ★★ AKEMI	20:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI	20:00~60分ホットヨガ ★★ 椎名由香(シーナ)		09:00~60分リセットヨガ ★★ Yukachi(ユカチ)	
6	7	8	9	10	11	12
	09:00~75分ととのうヨガ ★★★馬場たかみ		09:00~75分よりそうヨガ ★★ Yukachi(ユカチ)	09:00~60分ホットヨガ ★★ 馬場たかみ	09:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI	09:00~60分ホットヨガ ★★ KAYOKO
20:00~60分ホットヨガ ★★ 高村くによ	20:00~60分男女混合ホット ★★ AKEMI	20:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI	20:00~60分ホットヨガ ★★ 椎名由香(シーナ)		09:00~60分リセットヨガ ★★ Yukachi(ユカチ)	
13	14	15	16	17	18	19
	09:00~75分めぐりフローヨガ ★★★代講 椎名由香		09:00~75分よりそうヨガ ★★ Yukachi(ユカチ)	09:00~60分ホットヨガ ★★ 馬場たかみ	09:00~60分ホットヨガ ★★ 馬場たかみ	09:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI
20:00~60分ホットヨガ ★★ 高村くによ	20:00~60分男女混合ホット ★★ AKEMI	20:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI	20:00~60分ホットヨガ ★★ 椎名由香(シーナ)		09:00~60分リセットヨガ ★★ Yukachi(ユカチ)	
20	21 春分の日	22	23	24	25	26
	09:00~75分ととのうヨガ ★★★馬場たかみ		09:00~75分よりそうヨガ ★★ Yukachi(ユカチ)	09:00~60分ホットヨガ ★★ 代講 Akemi	09:00~60分ホットヨガ ★★ KAYOKO	09:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI
20:00~60分ホットヨガ ★★ 高村くによ	20:00~60分男女混合ホット ★★ AKEMI	20:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI	20:00~60分ホットヨガ ★★ 椎名由香(シーナ)			09:00~60分リセットヨガ ★★ Yukachi(ユカチ)
27	28	29	30	31	1	2
	09:00~75分ととのうヨガ ★★★馬場たかみ		09:00~75分よりそうヨガ ★★ Yukachi(ユカチ)	09:00~60分ホットヨガ ★★ 代講 椎名由香		
20:00~60分ホットヨガ ★★ 高村くによ	20:00~60分男女混合ホット ★★ AKEMI	20:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI	20:00~60分ホットヨガ ★★ 椎名由香(シーナ)			
3	4	5	6	7	8	9