# 2023年9月

YOGAスケジュール

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | 1<br>09:00~60分ホットヨガ<br>★★ 馬場たかみ | 2<br>09:00~60分ホットヨガ<br>★★ KAYOKO<br>09:00~60分リセットヨガ<br>★★★ Yukachi(ユカチ) | 3<br>09:00~60分ホットヨガ<br>★★ AKEMI |
| 4<br>09:00~60分ﾅﾁｭﾗﾙﾌﾛｰﾖｶﾞ<br>★★★ AKEMI<br>20:00~60分ホットヨガ<br>★★ 高村くによ | 5<br>09:00~75分ｱﾅﾄﾐｯｸ骨盤ﾖｶﾞ<br>★★★馬場たかみ<br>20:00~60分男女混合ホット<br>★★ AKEMI | 6<br>09:00~75分デトックスヨガ<br>★★★ Yukachi(ユカチ)<br>20:00~60分ホットヨガ<br>★★ AKEMI | 7<br>09:00~75分リラックスヨガ<br>★★Mizuna<br>20:00~60分ホットヨガ<br>★★ 椎名由香(シーナ) | 8<br>09:00~60分ホットヨガ<br>★★ 馬場たかみ | 9<br>09:00~60分ホットヨガ<br>★★ AKEMI<br>09:00~60分リセットヨガ<br>★★★ Yukachi(ユカチ) | 10<br>09:00~60分ホットヨガ<br>★★ 高村くによ |
| 11<br>09:00~60分ﾅﾁｭﾗﾙﾌﾛｰﾖｶﾞ<br>★★★ AKEMI<br>20:00~60分ホットヨガ<br>★★ 高村くによ | 12<br>09:00~75分ｱﾅﾄﾐｯｸ骨盤ﾖｶﾞ<br>★★★馬場たかみ<br>20:00~60分男女混合ホット<br>★★ AKEMI | 13<br>09:00~75分デトックスヨガ<br>★★★ Yukachi(ユカチ)<br>20:00~60分ホットヨガ<br>★★ AKEMI | 14<br>09:00~75分リラックスヨガ<br>★★Mizuna<br>20:00~60分ホットヨガ<br>★★ 椎名由香(シーナ) | 15<br>09:00~60分ホットヨガ<br>★★ 馬場たかみ | 16<br>09:00~60分ホットヨガ<br>★★ 馬場たかみ<br>09:00~60分リセットヨガ<br>★★★ Yukachi(ユカチ) | 17<br>09:00~60分ホットヨガ<br>★★ AKEMI |
| 18 敬老の日<br>09:00~60分ﾅﾁｭﾗﾙﾌﾛｰﾖｶﾞ<br>★★★ AKEMI<br>20:00~60分ホットヨガ<br>★★ 代講 馬場たかみ | 19<br>09:00~75分ｱﾅﾄﾐｯｸ骨盤ﾖｶﾞ<br>★★★馬場たかみ<br>20:00~60分男女混合ホット<br>★★ AKEMI | 20<br>09:00~75分デトックスヨガ<br>★★★ Yukachi(ユカチ)<br>20:00~60分ホットヨガ<br>★★ AKEMI | 21<br>09:00~75分リラックスヨガ<br>★★Mizuna<br>20:00~60分ホットヨガ<br>★★ 椎名由香(シーナ) | 22<br>09:00~60分ホットヨガ<br>★★ 馬場たかみ | 23 秋分の日<br>09:00~60分ホットヨガ<br>★★ AKEMI | 24<br>09:00~60分ホットヨガ<br>★★ KAYOKO<br>09:00~60分リセットヨガ<br>★★★ Yukachi(ユカチ) |
| 25<br>09:00~60分ﾅﾁｭﾗﾙﾌﾛｰﾖｶﾞ<br>★★★ AKEMI<br>20:00~60分ホットヨガ<br>★★ 高村くによ | 26<br>09:00~75分ｱﾅﾄﾐｯｸ骨盤ﾖｶﾞ<br>★★★馬場たかみ<br>20:00~60分男女混合ホット<br>★★ AKEMI | 27<br>09:00~75分デトックスヨガ<br>★★★ Yukachi(ユカチ)<br>20:00~60分ホットヨガ<br>★★ AKEMI | 28<br>09:00~75分リラックスヨガ<br>★★Mizuna<br>20:00~60分ホットヨガ<br>★★ 椎名由香(シーナ) | 29<br>09:00~60分ホットヨガ<br>★★ 馬場たかみ | 30<br>09:00~60分ホットヨガ<br>★★ 高村くによ<br>09:00~60分リセットヨガ<br>★★★ Yukachi(ユカチ) | |
| | | | | | | |