

2023年12月

YOGAスケジュール



月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				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分リセットヨガ ★★★ Yukachi(ユカチ)	09:00~60分ホットヨガ ★★ KAYOKO
4	5	6	7	8	9	10
09:00~60分ホットヨガ ★★★ AKEMI 20:00~60分ホットヨガ ★★ 高村くによ	09:00~75分アトミック骨盤ヨガ ★★★ 馬場たかみ 20:00~60分男女混合ホット ★★ AKEMI	09:00~75分デトックスヨガ ★★★ Yukachi(ユカチ) 20:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI	09:00~75分リラックスヨガ ★★ Mizuna 20:00~60分ホットヨガ ★★ 椎名由香(シーナ)	09:00~60分ホットヨガ ★★ 馬場たかみ	09:00~60分ホットヨガ ★★ 高村くによ 09:00~60分リセットヨガ ★★★ Yukachi(ユカチ)	09:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI
11	12	13	14	15	16	17
09:00~60分ホットヨガ ★★★ AKEMI 20:00~60分ホットヨガ ★★ 高村くによ	09:00~75分アトミック骨盤ヨガ ★★★ 馬場たかみ 20:00~60分男女混合ホット ★★ AKEMI	09:00~75分デトックスヨガ ★★★ Yukachi(ユカチ) 20:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI	09:00~75分リラックスヨガ ★★ Mizuna 20:00~60分ホットヨガ ★★ 椎名由香(シーナ)	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分リセットヨガ ★★★ Yukachi(ユカチ)	09:00~60分ホットヨガ ★★ 馬場たかみ
18	19	20	21	22	23	24
09:00~60分ホットヨガ ★★★ AKEMI 20:00~60分ホットヨガ ★★ 高村くによ	09:00~75分アトミック骨盤ヨガ ★★★ 馬場たかみ 20:00~60分男女混合ホット ★★ AKEMI	09:00~75分デトックスヨガ ★★★ Yukachi(ユカチ) 20:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI	09:00~75分リラックスヨガ ★★ Mizuna 20:00~60分ホットヨガ ★★ 椎名由香(シーナ)	09:00~60分ホットヨガ ★★ 馬場たかみ	09:00~60分ホットヨガ ★★ KAYOKO 09:00~60分リセットヨガ ★★★ Yukachi(ユカチ)	09:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI
25	26	27	28	29	30	31
09:00~60分ホットヨガ ★★★ AKEMI 20:00~60分ホットヨガ ★★ 高村くによ	09:00~75分アトミック骨盤ヨガ ★★★ 馬場たかみ 20:00~60分男女混合ホット ★★ AKEMI	09:00~75分デトックスヨガ ★★★ Yukachi(ユカチ) 20:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI	09:00~75分リラックスヨガ ★★ Mizuna 20:00~60分ホットヨガ ★★ 椎名由香(シーナ)	09:00~60分ホットヨガ ★★ 馬場たかみ	09:00~60分ホットヨガ ★★ AKEMI 09:00~10:45太陽礼拝108回 ★★★ Yukachi(ユカチ)	休業