

Oji YOGA スケジュール

2020/7/14

	月		木		金		土	
	3F	2F	3F	2F	3F	2F	3F	2F
10:00								10:00~11:20 コンディショニング ヨガ こちゃか
11:00								11:30~12:50 ハタヨガ こちゃか
12:00			11:30~12:50 ストレッチヨガ 長谷川					
13:00			13:00~14:20 シニアヨガ 長谷川					
14:00	14:00~15:20 第2・4のみ シニアヨガ 長谷川		14:30~15:50 ストレッチヨガ 長谷川					
15:00								
16:00								
17:00								
18:00		17:40~19:00 コンディショニング ヨガ こちゃか			17:40~19:00 ハタヨガ こちゃか			
19:00								
20:00	19:20~20:40 ハタヨガ こちゃか				19:20~20:40 リフレッシュ& リラックスヨガ こちゃか			

★スケジュール等に変更になる場合がございますのでお気軽にお問い合わせください。

★クラスはすべて予約制となっています