

Oji YOGA スケジュール

2024/11/17

	月		木		金		土		日	
	3F	2F	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		
11:00								こちゃか		
			11:30~12:50				11:30~12:30	11:30~12:50		
12:00			ストレッチヨガ				ピラティス &ストレッチ	ハタヨガ		
			長谷川					こちゃか		
13:00			13:00~14:20							
			シニアヨガ							
14:00			長谷川							
			14:30~15:50							
15:00			ストレッチヨガ							
			長谷川							
16:00										
17:00										
18:00	18:00~19:20				18:00~19:20					
	コンディショニング ヨガ				ハタヨガ					
19:00	こちゃか				こちゃか					
20:00										

★スケジュール等は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