

Oji YOGA スケジュール

2025/1/24

	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				15:50~16:50			
16:00							マスターストレッチ かわさき			
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					
	19:30~20:30				19:30~20:30					
20:00	マスターストレッチ こちゃか				マスターストレッチ こちゃか					

★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