Oji YOGA スケジュール

2026/11/22

月		木		金		土		日	
3F	2F	3F	2F	3F	2F	3F	2F	3F	2F
							10:00~11:20 コンディショニング ヨガ こちゃか		
		11:30~12:50 ストレッチヨガ 長谷川				11:30~12:30 ピラティス &ストレッチ かわさき	11:30~12:50 ハタヨガ こちゃか		
		13:00~14:20 シニアヨガ 長谷川							
		14:30~15:50 ストレッチヨガ 長谷川							
16:00~17:00 マスターストレッチ こちゃか						15:50~16:50 マスターストレッチ かわさき			
18:00~19:20 コンディショニング ヨガ こちゃか				18:00~19:20 ハタヨガ 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