

# 2019.1 七条鴨川スタジオスケジュール Shichijo Studio Schedule

目的に合わせたヨガクラス

-  身体の調子を整える
  身体を強くする
  リラックスする
  精神を整える
  ファミリーヨガ
  スペシャルクラス

1/14(月)	1/15(火)	1/16(水)	1/17(木)	1/18(金)	1/19(土)	1/20(日)
10:00~13:00 ★Special★ Yoko	10:00~11:20 Vinyasa-L1 Sonoko	11:00~12:20 Rusie Asako	11:00~12:20 TriYoga-L1 Yoko	11:00~12:20 Aroma Yoga Sonoko	08:30~09:30 HathaEN/JP Eri	10:00~11:20 Vinyasa-L1 Mari
19:00~20:20 Yin Yang Naomi	19:00~20:20 Tri Yoga-A Yoko	13:30~14:50 Kung Fu Tomi	13:30~14:50 Yin Yang Naomi	13:30~14:50 Hatha-A Ei	12:00~13:20 Vinyasa-A Saori	12:00~13:20 Yin&R Mari
		15:30~16:50 Tai Chi Tomi	19:00~20:20 Yin&R Orie			
		19:30~20:50 Yin Yoga Asako				

## Special Class スペシャルクラス

1/14 (月) 10:00~ Tri Yoga Special Yoko

Bilingual Teacher ENG/JPN Naomi, Eri