



2026年

5月のレッスンスケジュール



お子様連れでご参加できます
← すぐすぐカードがご利用可能



← マタニティの方もご参加できます



幼児から小学校6年まで
← お子様のためのキッズヨガ

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">ご予約はコチラから</div> <div style="background-color: orange; padding: 10px; border-radius: 10px; text-align: center;"> <p>お電話：03-3964-7690</p> <p>Eメール：itabashi@s-futaba.biz</p> <p>LINE ID：yogafutaba</p> </div> </div>						
<p>3日</p> <p>ヒーリングヨガ 10:00-11:15</p> <p>祝日 </p>	<p>4日</p> <p>祝日 </p>	<p>5日</p> <p>リフレッシュヨガ+ 9:45-11:00</p> <p>祝日 </p>	<p>6日</p> <p>リラックスヨガ 10:00-11:00</p> <p>祝日 </p>	<p>7日</p> <p>ポールピラティス 19:30-20:30</p>	<p>8日</p> <p>肩こり腰痛改善ピラティス 10:00-11:00</p>	<p>9日</p> <p>シンプルヨガ 9:45-11:00</p>
<p>10日</p> <p>骨盤調整ヨガ 10:00-11:15</p> <p>ヒーリングヨガ 13:30-14:45</p>	<p>11日</p> <p>ポールピラティス 19:30-20:30</p>	<p>12日</p>	<p>13日</p> <p>ママヨガ(0歳~6歳) 13:00-14:00</p> <p>◆キッズヨガ Aクラス 15:00-16:00 Bクラス 16:15-17:15</p> <p>代謝アップヨガ 19:30-20:30</p>	<p>14日</p> <p>骨盤調整ヨガ 9:45-11:00</p> <p>リングピラティス 19:30-20:30</p>	<p>15日</p>	<p>16日</p> <p>リラックスヨガ 10:00-11:00</p>
<p>17日</p> <p>ベーシックヨガ 10:00-11:15</p>	<p>18日</p> <p>ベーシックピラティス 19:30-20:30</p>	<p>19日</p> <p>からだ温めヨガ 19:30-20:45</p>	<p>20日</p> <p>骨盤調整ヨガ 9:45-11:00</p> <p>ママヨガ(0歳~6歳) 11:30-12:30</p> <p>◆キッズヨガ Bクラス 16:15-17:15</p>	<p>21日</p> <p>ポールピラティス 19:30-20:30</p>	<p>22日</p> <p>肩こり腰痛改善ピラティス 10:00-11:00</p>	<p>23日</p> <p>リフレッシュヨガ+ 9:45-11:00</p>
<p>24日</p> <p>骨盤調整ヨガ 10:00-11:15</p> <p>デトックスヨガ 13:30-14:45</p>	<p>25日</p> <p>リングピラティス 19:30-20:30</p>	<p>26日</p> <p>からだ温めヨガ 19:30-20:45</p>	<p>27日</p> <p>リラックスヨガ 10:00-11:00</p> <p>◆キッズヨガ Aクラス 15:00-16:00 Bクラス 16:15-17:15</p> <p>ベーシックピラティス 19:30-20:30</p>	<p>28日</p> <p>アロマヨガ 9:45-11:00</p>	<p>29日</p> <p>ママピラティス(0歳~6歳) 10:30-11:30</p>	<p>30日</p>
<p>31日</p>						