



2026年

8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

ご予約はコチラから



お電話：03-3964-7690

Eメール：itabashi@s-futaba.biz

LINE ID：yogafutaba

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1日 リフレッシュヨガ+ 9:45-11:00						
2日 ベーシックヨガ 10:00-11:15 骨盤調整ヨガ 13:30-14:45	3日	4日 からだ温めヨガ 19:30-20:45	5日 リラックスヨガ 10:00-11:00 代謝アップヨガ 19:30-20:30	6日 リングピラティス 19:30-20:30	7日 ビギナーピラティス 10:00-11:00	8日
9日 デトックスヨガ 10:00-11:15	10日	11日 祝日	12日 リラックスヨガ 10:00-11:00	13日	14日	15日 疲労回復ヨガ 9:45-11:15
16日 ヒーリングヨガ 10:00-11:15	17日	18日	19日 骨盤調整ヨガ 9:45-11:00 ベーシックピラティス 19:30-20:30	20日 ポールピラティス 19:30-20:30	21日 ビギナーピラティス 10:00-11:00 ママピラティス(0歳~6歳) 11:30-12:30	22日 疲労回復ヨガ 9:45-11:15
23日 骨盤調整ヨガ 10:00-11:15 ヒーリングヨガ 13:30-14:45	24日 リングピラティス 19:30-20:30	25日	26日 骨盤調整ヨガ 9:45-11:00 ◆キッズヨガ Aクラス 15:00-16:00 Bクラス 16:15-17:15 代謝アップヨガ 19:30-20:30	27日 アロマヨガ 9:45-11:00 ママヨガ(0歳~6歳) 11:30-12:30 ポールピラティス 19:30-20:30	28日 ビギナーピラティス 10:00-11:00	29日 シンアルヨガ 9:45-11:00
30日 デトックスヨガ 10:00-11:15	31日	ベーシックピラティス 19:30-20:30				