



2024年

9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
すくすく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
1日 ヒーリングヨガ 10:00-11:15 骨盤調整ヨガ 13:30-14:45	2日 肩こり改善ピラティス 19:30-20:30	3日 リフレッシュヨガ 10:00-11:00	4日 リラックスヨガ 10:00-11:00 ◆キッズヨガ Bクラス 16:15-17:15 Cクラス 17:30-18:30 代謝アップヨガ 19:30-20:30	5日 ポールピラティス 19:30-20:30	6日	7日 シンアルヨガ 9:45-11:00
8日 ベーシックヨガ 10:00-11:15 骨盤調整ヨガ 13:30-14:45	9日 リングピラティス 19:30-20:30	10日 からだ温めヨガ 19:30-20:45	11日 リラックスヨガ 10:00-11:00 ママヨガ(0歳~6歳) 13:30-14:30 ◆キッズヨガ Aクラス 15:00-16:00 Bクラス 16:15-17:15	12日 骨盤調整ヨガ 9:45-11:00	13日 腰痛改善ピラティス 10:00-11:00	14日 リフレッシュヨガ 10:00-11:00
15日 ヒーリングヨガ 10:00-11:15	16日	17日 からだ温めヨガ 19:30-20:45	18日 リラックスヨガ 10:00-11:00 ◆キッズヨガ Aクラス 15:00-16:00 Bクラス 16:15-17:15 Cクラス 17:30-18:30 代謝アップヨガ 19:30-20:30	19日 リングピラティス 19:30-20:30	20日 肩こり改善ピラティス 10:00-11:00	21日 疲労回復ヨガ 9:45-11:15
22日 ヒーリングヨガ 10:00-11:15	23日	24日 リフレッシュヨガ 10:00-11:00 ママピラティス(0歳~6歳) 13:30-14:30	25日 骨盤調整ヨガ 9:45-11:00 代謝アップヨガ 19:30-20:30	26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	27日	28日 疲労回復ヨガ 9:45-11:15
29日 デトックスヨガ 10:00-11:15 骨盤調整ヨガ 13:30-14:45	30日 ポールピラティス 18:30-19:30	<div data-bbox="862 1332 1400 1524" data-label="Text" style="background-color: orange; padding: 10px; border-radius: 10px;"> <p>お電話：03-3964-7690 Eメール：itabashi@s-futaba.biz LINE ID：yogafutaba</p> </div> <div data-bbox="1400 1364 1534 1556" data-label="Image"></div> <div data-bbox="1523 1300 1568 1540" data-label="Text" style="writing-mode: vertical-rl;">ご予約はコチラから</div>				