



2026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
		1日 ベーシックピラティス 19:30-20:30	2日 リラックスヨガ 10:00-11:00 代謝アップヨガ 19:30-20:30	3日 ポールピラティス 19:30-20:30	4日 ビギナーピラティス 10:00-11:00	5日 リフレッシュヨガ+ 9:45-11:00
6日 ベーシックヨガ 10:00-11:15 骨盤調整ヨガ 13:30-14:45	7日	8日 からだ温めヨガ 19:30-20:45	9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	10日 アロマヨガ 9:45-11:00 ママヨガ(0歳~6歳) 11:30-12:30 リングピラティス 19:30-20:30	11日	12日 疲労回復ヨガ 9:45-11:15
13日 骨盤調整ヨガ 10:00-11:15 ヒーリングヨガ 13:30-14:45	14日	15日 からだ温めヨガ 19:30-20:45	16日 骨盤調整ヨガ 9:45-11:00 ママヨガ(0歳~6歳) 11:30-12:30 ◆キッズヨガ Bクラス 16:15-17:15	17日 ポールピラティス 19:30-20:30	18日 ビギナーピラティス 10:00-11:00 ベーシックピラティス 19:30-20:30	19日 シンプルヨガ 9:45-11:00
20日 ヒーリングヨガ 10:00-11:15	21日	22日 リフレッシュヨガ+ 9:45-11:00	23日 リラックスヨガ 10:00-11:00	24日 ママピラティス(0歳~6歳) 11:30-12:30 ポールピラティス 19:30-20:30	25日 ビギナーピラティス 10:00-11:00	26日 疲労回復ヨガ 9:45-11:15
27日 デトックスヨガ 10:00-11:15	28日 ポールピラティス 19:30-20:30	29日	30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 代謝アップヨガ 19:30-20:30	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