



2026年

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