



2026年

2月のレッスンスケジュール



お客様連れてご参加できます
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



幼稚園から小学校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 シンプレヨガ 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 ママヨガ(0歳~6歳) 11:30-12:30 | 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 | <p>お電話 : 03-3964-7690 Eメール : itabashi@s-futaba.biz LINE ID : yogafutaba</p> |