

Kyoto MBM Labo レッスンスケジュール 10月

	10/1(木)	10/2(金)	10/3(土)	10/4(日)	10/5(月)	10/6(火)	10/7(水)	10/8(木)	10/9(金)	10/10(土)	10/11(日)	10/12(月)	10/13(火)	10/14(水)	10/15(木)
8:00															
8:30			8:00~9:00 朝ヨガ 佐土原							8:00~9:00 朝ヨガ 佐土原					
9:00															
9:30			9:30~10:30 プライベート 佐土原							9:30~10:30 プライベート 佐土原					
10:00		10:00~11:00 A-yoga60 免疫力UP 吉田							10:00~11:00 A-yoga60 免疫力UP 吉田						
10:30	10:30~11:30 ストレス対策 宰務					10:30~11:30 フローヨガ 佐土原		10:30~11:30 ストレス対策 宰務							10:30~11:30 ストレス対策 宰務
11:00					11:00~11:45 肩腰ケア 佐土原							11:00~11:45 肩腰ケア 佐土原			
11:30		11:30~12:30 プライベート 山崎	11:00~12:30 プライベート Kuniko				11:00~12:30 プライベート Kuniko		11:30~12:30 プライベート 吉田	11:00~12:30 プライベート Kuniko				11:00~12:30 プライベート Kuniko	
12:00	12:00~13:00 プライベート 宰務							12:00~13:00 プライベート 宰務							12:00~13:00 プライベート 宰務
12:30															
13:00		13:00~14:15 A-yoga 山崎	13:00~14:30 プライベート Kuniko				13:00~14:30 プライベート Kuniko		13:00~14:15 A-yoga 山崎	13:00~14:30 プライベート Kuniko				13:00~14:30 プライベート Kuniko	
13:30															
14:00	13:45~14:30 肩腰ケア 宰務							13:45~14:30 肩腰ケア 宰務				14:00~15:00 A-yoga60 免疫力UP 佐土原			13:45~14:30 肩腰ケア 宰務
14:30															
15:00		14:45~15:30 肩腰ケア 山崎							14:45~15:30 肩腰ケア 山崎						
15:30			15:00~16:30 プライベート Kuniko							15:00~16:30 プライベート Kuniko				15:00~16:30 プライベート Kuniko	
16:00													15:30~16:45 A-yoga 中嶋		
16:30									16:00~17:00 プライベート 山崎						
17:00															
17:30			17:00~18:15 A-yoga Kuniko							17:00~18:00 呼吸フロー メディテーション Kuniko					
18:00													17:30~18:30 キッズヨガ 中嶋		
18:30							18:00~19:15 A-yoga Kuniko							18:00~19:15 A-yoga Kuniko	
19:00															
19:30					19:00~20:00 体幹ヨガ 吉田					19:00~19:45 Rest Yoga 山崎		19:00~20:00 体幹ヨガ 吉田			
20:00						19:15~20:30 A-yoga 吉田							19:15~20:15 フローヨガ 中嶋		
20:30															

ご予約方法、お問い合わせ

◇メール happyhappychain@gmail.com

