

Kyoto MBM Labo レッスンスケジュール-12月

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

ご予約方法、お問い合わせ

◇メール happyhappychain@gmail.com

◇お電話(075-707-8866) ※クラス中は電話に対応できないことがありますのでご了承ください。

