Kyoto MBM Labo　レッスンスケジュール　7月

	7/1(木)	7/2(金)	7/3(土)	7/4(日)	7/5(月)	7/6(火)	7/7(水)	7/8(木)	7/9(金)	7/10(土)	7/11(日)	7/12(月)	7/13(火)	7/14(水)	7/15(木)
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 宰務				9:30~10:30 プライベート 佐土原			9:30~10:30 プライベート 宰務		
10:00		10:00~11:00 A-yoga60 免疫力UP 吉田						10:00~10:45 肩腰ケア 宰務	10:00~11:00 A-yoga60 免疫力UP 吉田						
10:30	10:30~11:30 A-yoga60 宰務														10:30~11:30 A-yoga60 宰務
11:00			11:00~12:30 プライベート Kuniko			11:00~12:00 ストレス対策 宰務	11:00~12:30 プライベート Kuniko			11:00~12:30 プライベート Kuniko			11:00~12:00 ストレス対策 宰務	11:00~12:30 プライベート Kuniko	
11:30									11:30~12:30 プライベート 吉田						
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		13:00~14:15 A-yoga 吉田	13:00~14:30 プライベート Kuniko			13:00~13:45 肩腰ケア 森	13:00~14:30 プライベート Kuniko		13:00~14:15 A-yoga 吉田	13:00~14:30 プライベート Kuniko	13:00~13:45 ファイティング シェイプ 岡田	13:00~13::45 A-yoga45 佐土原	13:00~13:45 肩腰ケア 森	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					14:15~15:15 A-yoga60 森					14:15~15:15 A-yoga60 森	14:15~15:15 歩ける走れるカラダづくり60 佐土原	14:15~15:15 A-yoga60 森		13:45~14:30 肩腰ケア 宰務
14:30															
15:00		14:45~15:30 肩腰ケア 吉田	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				15:00~16:30 プライベート Kuniko	
15:30						15:45 16:30 ファイティング シェイプ 岡田									
16:00															
16:30															
17:00			17:00~18:15 A-yoga Kuniko							17:00~18:15 A-yoga Kuniko					
17:30					17:30~18:30 キッズヨガ 細田							17:30~18:30 キッズヨガ 佐土原			
18:00							18:00~19:00 月礼拝 Kuniko							18:00~19:15 A-yoga Kuniko	
18:30															
19:00					19:00~20:00 体幹ヨガ 吉田	19:00~20:00 A-yoga60 森						19:00~20:00 体幹ヨガ 吉田			
19:30															
20:00															
20:30															

	7/16(金)	7/17(土)	7/18(日)	7/19(月)	7/20(火)	7/21(水)	7/22(木)	7/23(金)	7/24(土)	7/25(日)	7/26(月)	7/27(火)	7/28(水)	7/29(木)	7/30(金)	7/31(土)
8:00									8:00~9:00 朝ヨガ 佐土原							8:00~9:00 朝ヨガ 佐土原
8:30		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 宰務				9:30~10:30 プライベート 佐土原			9:30~10:30 プライベート 宰務				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 親子ヨガサロン					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 A-yoga60 宰務							10:30~11:30 A-yoga60 宰務		
11:00		11:00~12:30 プライベート Kuniko			11:00~12:00 ストレス対策 宰務	11:00~12:30 プライベート Kuniko						11:00~12:00 ストレス対策 宰務	11:00~12:30 プライベート Kuniko			11:00~12:30 プライベート Kuniko
11:30								11:30~12:30 プライベート 吉田								
12:00														12:00~13:00 プライベート 宰務		
12:30																
13:00	13:00~14:15 A-yoga 吉田	13:00~14:30 プライベート Kuniko		13:00~13::45 A-yoga45 佐土原	13:00~13:45 肩腰ケア 森	13:00~14:30 プライベート Kuniko		13:00~14:15 A-yoga 吉田			13:00~13::45 A-yoga45 佐土原	13:00~13:45 肩腰ケア 森	13:00~14:30 プライベート Kuniko		13:00~14:15 A-yoga 吉田	13:00~14:30 プライベート Kuniko
13:30									13:30~14:15 プチトレ 宰務					13:45~14:30 肩腰ケア 宰務		
14:00							13:45~14:30 肩腰ケア 宰務									
14:30				14:15~15:15 A-yoga60 呼吸代謝UP 佐土原	14:15~15:15 A-yoga60 森						14:15~15:15 歩ける走れるカラダづくり60 佐土原	14:15~15:15 A-yoga60 森				
15:00	14:45~15:30 肩腰ケア 吉田	15:00~16:30 プライベート Kuniko				15:00~16:30 プライベート Kuniko			14:45~15:45 プライベート 宰務				15:00~16:30 プライベート Kuniko		14:45~15:30 肩腰ケア 吉田	15:00~16:30 プライベート Kuniko
15:30												15:45~16:30 ファイティング シェイプ 岡田				
16:00																
16:30																
17:00		17:00~18:00 呼吸＆フロー ＆メディテーション Kuniko														17:00~18:00 月礼拝 Kuniko
17:30				17:30~18:30 キッズヨガ 佐土原							17:30~18:30 キッズヨガ 佐土原					
18:00						18:00~19:15 A-yoga Kuniko							18:00~19:15 A-yoga Kuniko			
18:30																
19:00				19:00~20:00 体幹ヨガ 吉田	19:00~20:00 A-yoga60 森						19:00~20:00 体幹ヨガ 吉田					
19:30								19:15~20:00 ファイティング シェイプ 岡田								
20:00																
20:30																