Kyoto MBM Labo　レッスンスケジュール　　９月

	9/1(水)	9/2(木)	9/3(金)	9/4(土)	9/5(日)	9/6(月)	9/7(火)	9/8(水)	9/9(木)	9/10(金)	9/11(土)	9/12(日)	9/13(月)	9/14(火)	9/15(水)
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							10:00~11:00 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			11:00~12:30 プライベート Kuniko				11:00~11:45 プチトレ 宰務			11:00~12:30 プライベート Kuniko			11:00~11:45 プチトレ 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	13:00~14:30 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 肩腰ケア 森			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 スタートクラス 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		13:45~14:30 肩腰ケア 宰務							13:45~14:30 肩腰ケア 宰務						
14:00							14:15~15:15 A-yoga60 森						14:15~15:15 A-yoga60 呼吸代謝UP 佐土原	14:15~15:15 A-yoga60 森	
14:30			14:45~15:30 肩腰ケア 吉田												
15:00	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							17:00~18:00 月礼拝 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	18:00~19:15 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															
20:00															
20:30															

	9/16(木)	9/17(金)	9/18(土)	9/19(日)	9/20(月)	9/21(火)	9/22(水)	9/23(木)	9/24(金)	9/25(土)	9/26(日)	9/27(月)	9/28(火)	9/29(水)	9/30(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							10:00~11:00 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							10:30~11:30 A-yoga60 宰務
11:00			11:00~12:30 プライベート Kuniko			11:00~11:45 プチトレ 宰務	11:00~12:30 プライベート Kuniko						11:00~11:45 プチトレ 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 ファイティング シェイプ 岡田		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 スタートクラス 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							13:45~14:30 肩腰ケア 宰務							13:45~14:30 肩腰ケア 宰務
14:30						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							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												
17:30												17:30~18:30 キッズヨガ 佐土原			
18:00							18:00~19:00 呼吸＆フロー ＆メディテーション Kuniko							18:00~19:15 A-yoga Kuniko	
18:30															
19:00						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															