

2020年6月 Yoga spoon ヨガレッスンスケジュール

* プログラム名の横の数字はレッスンの分数です。

* 括弧内は、担当インストラクター名です。

* **【Live】** マークのついているレッスンは、ライブ配信レッスン対象です。

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
14:30 【Live】 足パカ美脚ヨガ60 19:00 K-popダンス50 20:20 【Live】 リンパで美肌ヨガ60	14:30 美骨盤ヨガ60 19:00 肩こり改善ヨガ60 20:30 【Live】 ダイナミックヨガ60	定休日	14:30 【Live】 リンパで美肌ヨガ60 19:00 【Live】 美骨盤ヨガ60 20:30 キャンドル瞑想ヨガ60	14:30 肩こり改善ヨガ60 18:30 リズムダンス50 (あべ) 20:00 【Live】 足パカ美脚ヨガ60	10:00 キャンドル瞑想ヨガ60 14:00 【Live】 コリほぐしヨガ60	10:00 【Live】 美骨盤ヨガ60 14:00 リンパで美肌ヨガ60
8	9	10	11	12	13	14
14:30 【Live】 足パカ美脚ヨガ60 19:00 K-popダンス50 20:20 【Live】 キャンドル瞑想ヨガ60	14:30 リンパで美肌ヨガ60 19:00 【Live】 肩こり改善ヨガ60 20:30 キャンドル瞑想ヨガ60	定休日	14:30 【Live】 肩こり改善ヨガ60 19:00 【Live】 コリほぐしヨガ60 20:30 足パカ美脚ヨガ60	14:30 コリほぐしヨガ60 18:30 リズムダンス50 (あべ) 20:00 【Live】 キャンドル瞑想ヨガ60	10:00 【Live】 ダイナミックヨガ60 14:00 足パカ美脚ヨガ60	定休日
15	16	17	18	19	20	21
14:30 コリほぐしヨガ60 19:00 K-popダンス50 20:20 【Live】 美骨盤ヨガ60	14:30 【Live】 美骨盤ヨガ60 19:00 【Live】 ダイナミックヨガ60 20:30 コリほぐしヨガ60	定休日	14:30 リンパで美肌ヨガ60 19:00 【Live】 肩こり改善ヨガ60 20:30 美骨盤ヨガ60	14:30 【Live】 肩こり改善ヨガ60 18:30 リズムダンス50 (あべ) 20:00 【Live】 ダイナミックヨガ60	10:00 【Live】 コリほぐしヨガ60 14:00 キャンドル瞑想ヨガ60	10:00 キャンドル瞑想ヨガ60 14:00 【Live】 肩こり改善ヨガ60
22	23	24	25	26	27	28
14:30 【Live】 美骨盤ヨガ60 19:00 K-popダンス50 20:20 【Live】 リンパで美肌ヨガ60	14:30 足パカ美脚ヨガ60 19:00 【Live】 ダイナミックヨガ60 20:30 肩こり改善ヨガ60	定休日	14:30 【Live】 キャンドル瞑想ヨガ60 19:00 【Live】 リンパで美肌ヨガ60 20:30 美骨盤ヨガ60	14:30 ダイナミックヨガ60 18:30 リズムダンス50 (あべ) 20:00 【Live】 足パカ美脚ヨガ60	10:00 【Live】 リンパで美肌ヨガ60 14:00 ダイナミックヨガ60	定休日
29	30	<p><予約方法> ご予約時はネット予約 (1時間前まで)または 公式ラインへのメッセージ (前日まで) か、お電話 (前日まで) にてお取りください。 レッスン中など対応できない場合がございます。折り返しの連絡をお待ちください。 一度にとれる予約件数は4件まで+ キャンセル待ち予約1件までとさせていただきます。</p> <p><キャンセルポリシー> キャンセルされる場合は、2時間前までにネット予約ページからキャンセル処理をしていただくか、公式ライン、お電話にて2時間前までにご連絡ください。</p>				
14:30 コリほぐしヨガ60 19:00 K-popダンス50 20:20 【Live】 足パカ美脚ヨガ60	14:30 【Live】 キャンドル瞑想ヨガ60 19:00 ダイナミックヨガ60 20:30 【Live】 コリほぐしヨガ60					