2021年7月 Yoga spoon ヨガレッスンスケジュール ★

Л	火	水	木	金	±	
	<u>前まで</u>) または <スケジュールの見方	>	1	2	3	4
公式ラインへのメッセージ (<u>前日まで</u>) にてま		・ 数字はレッスンの分数です。	8:30 【zoom】限定★朝の瞑想15	8:30 【zoom】限定★朝の瞑想15	9:30 【スタジオ】K-popダンス50	9:30 【スタジオ】K-popダンス50
一度にとれる予約件数は4件まで+ <u>キャンセル待ち予約1件まで</u> *括弧内は、担当インストラクター名です。			【スタジォ】 14:30 足バカ美脚ヨガ60	【スタジ オ】 0:00 朝のリラックスヨガ60		
とさせていただきます。		のライブ配信レッスンです。	[zoom]	[zoom]	11:00 【スタジオ】 キャンドル瞑想ヨガ60	
<キャンセルポリシー> キャンセルされる場合は、			19:00 【スタジォ】美くびれヨガ60	18:45 【音楽ライブイベント】	[zoom]	
していただくか、公式ライン、またはお電話にて			RELEASE ~一歩踏み出す勇気を与える~			
2時間前までにご連絡ください。		[スダジオ] 姿勢リセット [zoom] ストレッチ50 (あべ)	→ご予約は6月末までに松本まで!			
5	6	7	[zoom] ストレッチ50 (あべ) 8	9	10	11
	o 8:30 【zoom】限定★朝の瞑想15	,	。 8:30 【zoom】限定★朝の瞑想15	8:30 【zoom】限定★朝の瞑想15	10	11
	(スタジオ)				9:30 【スタジオ】K-popダンス50	9:30 【スタジオ】K-popダンス50
10:00 【スタジォ】 朝のリラックスヨガ60 【zoom】	14:30 美骨盤ヨガ60 (zoom)		【スタジォ】 14:30 【zoom】 「zoom】	[スタジオ] 10:00 [zoom] 朝のリラックスヨガ60		[745/ ±]
(20011)	[20011]	定休日	[249] 	(20011)		【スタジォ】 【11:00 【スgoom】 【zoom】
19:00 【スタジォ】K-popダンス50		2114	19:00 【スタジォ】コリほぐしヨガ60 【zoom】			(20011)
20:30 【スタジ オ】 足パカ美脚ヨガ60	[汉约· 才]			【スタジ [*] オ】		
20:30 【zoom】 【zoom】	20:30 ダイナミックヨガ60 [zoom]		20:30【スタジォ】姿勢リセット ストレッチ50(あべ)	20:30 [zoom] 肩こり改善ヨガ60		
12	13	14	15	16	17	18
8:30 【zoom】 限定★朝の瞑想15	8:30 【zoom】 限定★朝の瞑想15		8:30 【zoom】 限定★朝の瞑想15	8:30 【zoom】限定★朝の瞑想15	9:30 【スタジオ】K-popダンス50	9:30 【スタジオ】K-popダンス50
10:00 【スタジオ】 朝のリラックスヨガ60	14:30 【スタジォ】 肩こり改善ヨガ60		14:30 【スタジオ】 美骨盤ヨガ60	10:00 【スタジ オ】朝のリラックスヨガ60	9.50 [XXX 4] K-pop X Z X 50	9.30 [xxx 4] K-popx > x 50
[zoom]	[zoom]		[zoom]	[zoom]	11:00 【スタジオ】 コリほぐしヨガ60	
19:00 【スタジォ】K-popダンス50		定休日	19:00 【スタジォ】ダイナミックヨガ60		[zoom]	
	20:30 【スタジオ】 キャンドル瞑想ヨガ60		20:30 【スタジオ】姿勢リセット	20:30 【スタジオ】コリほぐしヨガ60		
[zoom]	(zoom)		[zoom] ストレッチ50 (あべ)	(Loom)		0.5
19	20	21	22	23	24	25
	8:30 【zoom】限定★朝の瞑想15		8:30 【zoom】限定★朝の瞑想15	8:30 【zoom】限定★朝の瞑想15	9:30 【スタジオ】K-popダンス50	9:30 【スタジオ】K-popダンス50
10:00 【スダジオ】 朝のリラックスヨガ60 【zoom】	[スタジ オ] キャンドル瞑想ヨガ60 [zoom]		[スタジオ] コリほぐしヨガ60 [zoom]	【スタジオ】 10:00 【zoom】 【zoom】		[7.65/ +]
[20011]	[200111]	定休日		(20011)		11:00 【スタジ オ】 【zoom】 【zoom】
19:00 【スタジォ】K-popダンス50		2114	【スタジォ】 【zoom】 【zoom】			(cooling)
20:30 【スタジオ】 美くびれヨガ60	【スタジ・オ】			【スタジ オ】		*
20:30 美くびれヨガ60 [zoom]	20:30 【スタジオ】 【zoom】 ダイナミックヨガ60		20:30【スタジォ】姿勢リセット ストレッチ50(あべ)	[スタジオ] 2 0:30		
26	27	28	29	30	31	
8:30 【zoom】 限定★朝の瞑想15	8:30 【zoom】限定★朝の瞑想15		8:30 【zoom】限定★朝の瞑想15	8:30 【zoom】限定★朝の瞑想15	9:30 【スタジオ】K-popダンス50	77 VIV 2
10:00 【スタジオ】 朝のリラックスヨガ60 【zoom】	14:30 【スタジォ】リンパで美肌ヨガ60		14:30 【スダジオ】 美くびれヨガ60	10:00 【スタジ オ】朝のリラックスヨガ60	3.30 [V\$X 4] V-h0h3x > V30	
[zoom]	[zoom] マンハで矢加コガロロ		[zoom] 美人仍和自为60	[zoom]	11:00 【スタジォ】リンパで美肌ヨガ60 🌟	V (!\
19:00 【スタジォ】K-popダンス50		定休日	19:00 【スタジォ】肩こり改善ヨガ60		[zoom]	1700
	20:30 【スタジ オ】 【Z00m】 ダイナミックヨガ60		20:30 【スタジオ】姿勢リセット	20:30 【スタジ・オ】 美骨盤ヨガ60		
[zoom]	[zoom]		[zoom] ストレッチ50 (あべ)	[zoom]		7