2025年

7月のレッスンスケジュール

← お子様連れでご参加できます すくすくカードがご利用可能

← マタニティの方もご参加できます

← 幼児から小学校6年まで お子様のためのキッズヨガ

ご予約はコチラから

お電話：03-3964-7690
Eメール：itabashi@s-futaba.biz
LINE ID：yogafutaba

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1日 からだ温めヨガ 19:30-20:45	2日 骨盤調整ヨガ 9:45-11:00 ◆キッズヨガ Aクラス 15:00-16:00 Bクラス 16:15-17:15 代謝アップヨガ 19:30-20:30	3日	4日 肩こり改善ピラティス 10:00-11:00 ベーシックピラティス 19:30-20:30	5日 疲労回復ヨガ 9:45-11:15
6日 骨盤調整ヨガ 10:00-11:15 デトックスヨガ 13:30-14:45	7日 ポールピラティス 19:30-20:30	8日 ママピラティス（0歳～6歳） 13:30-14:30	9日 リラックスヨガ 10:00-11:00 ◆キッズヨガ Bクラス 16:15-17:15 代謝アップヨガ 19:30-20:30	10日 骨盤調整ヨガ 9:45-11:00 リングピラティス 19:30-20:30	11日 腰痛改善ピラティス 10:00-11:00	12日 シンプルヨガ 9:45-11:00
13日 リフレッシュヨガ 10:00-11:00	14日	15日 リフレッシュヨガ 10:00-11:00 ベーシックピラティス 19:30-20:30	16日 骨盤調整ヨガ 9:45-11:00 ママヨガ（0歳～6歳） 11:30-12:30 ◆キッズヨガ Aクラス 15:00-16:00 Bクラス 16:15-17:15	17日 ポールピラティス 19:30-20:30	18日 肩こり改善ピラティス 10:00-11:00	19日 疲労回復ヨガ 9:45-11:15
20日 ベーシックヨガ 10:00-11:15	21日	22日	23日 リラックスヨガ 10:00-11:00 ◆キッズヨガ Bクラス 16:15-17:15 代謝アップヨガ 19:30-20:30	24日 アロマヨガ 9:45-11:00 ママヨガ（0歳～6歳） 11:30-12:30 ポールピラティス 19:30-20:30	25日	26日 リフレッシュヨガ 10:00-11:00
27日 骨盤調整ヨガ 10:00-11:15 デトックスヨガ 13:30-14:45	28日 ベーシックピラティス 19:30-20:30	29日 からだ温めヨガ 19:30-20:45	30日 リラックスヨガ 10:00-11:00	31日 ポールピラティス 19:30-20:30		