

	月 曜日 MON.	火 曜日 TUE.	水 曜日 WED.	木 曜日 THU.	金 曜日 FRI.	土 曜日 SAT.	日 曜日 SUN.
9:00							
10:00		担当インストラクター Kazumi 佐藤 和美 Akika 津田 秋香		10:30 ~ 11:30 タイ式ヨガ ルーシーダットン Kazumi チケット3	10:30 ~ 11:30 シニアヨガ Kazumi 11 18 25 チケット3	10:30 ~ 11:30 シルクサスペンション Kazumi 12 19 26 チケット5	
11:00							
12:00				24日 休み	11:45 ~ 12:15 バランスボールヨガ Kazumi チケット2		
13:00	マタニティーヨガ・産後ケアは、 月齢やコンディションに合わせて レッスンを行いますので個別レッスン となります。 詳しくはお問い合わせください。				13:30 ~ 14:30 シニアヨガ Kazumi 4 チケット3	13:30 ~ 14:30 タイ式ヨガ ルーシーダットン Kazumi 12 19 26 チケット3	13:30 ~ 14:30 タイ式ヨガ ルーシーダットン Kazumi 20 27 チケット3
14:00							
15:00						15:00 ~ 15:30 バランスボールヨガ Kazumi 12 19 26 チケット2	
16:00						16:00 ~ 16:30 女子の筋トレ (ハンモック) Kazumi 12 19 26 チケット4	
17:00							
18:00				18:30 ~ 19:30 タイ式ヨガ ルーシーダットン Kazumi お休みなし チケット3			
19:00			19:00 ~ 20:00 シルクサスペンション Kazumi 2 16 30 チケット5				
20:00							

クラスの変更がある場合がございます。ご了承ください。

【お願い】☆2日前までに、予約お願いいたします。
☆スタジオは、15分前からの開場でございます。
○同日2コマ受講でチケット1枚割引
特別メニューや、他のキャンペーンとは併用できません。

Kazumi Studio
岩手県宮古市末広町 8-1 2F
TEL:0193-77-5633
<http://kazumi-yoga.com>
studio@kazumi-yoga.com

クラスの変更がある場合がございます。ご了承ください。

【お願い】 ☆2日前までに、予約お願いいたします。
☆スタジオは、15分前からの開場でございます。
○同日2コマ受講でチケット1枚割引
特別メニューや、他のキャンペーンとは併用できません。

Kazumi Studio
岩手県宮古市末広町 8-1 2F
TEL:0193-77-5633
<http://kazumi-yoga.com>
studio@kazumi-yoga.com

