

アンカサ枚方店 4月レッススケジュール

定休日：毎週火曜日

月	火	水	木	金	土 8:30-9:30	日 8:30-9:30
					6 アキティブ&リラクゼーションヨガ (まさみ)	28 アキティブ&リラクゼーションヨガ (まさみ)
10:00-11:00		10:00-11:00 3/17 猫背解消ピラティス (はるか) 11/25 ピラティス&マスターストレッチ (はるか)	10:00-11:15 4/18 リラクスマロヨガ(はるか) 11/25 リラクスマロヨガ® (はるか)	10:00-11:15 5/19 後ろ姿美人ヨガ(まゆ) 12/26 モーニング リラクスマロヨガ(まゆ)	10:00-11:00 6 はじめてのヨガ(まさみ) 13/27 首肩スッキリヨガ(かな) 20 スッキリ骨盤矯正ヨガ(きょうこ)	10:00-11:00 7/21 パワーヨガ(はるか) 14 はじめてのヨガ(かな) 28 はじめてのヨガ(まさみ)
13:00-14:00			13:00-14:15 4/18 肩甲骨ヨガ®アドハンス (はるか) 11/25 アナミック骨盤ヨガ®ヒキナー (はるか)		12:00-13:00 6 美尻ヨガ(まさみ) 13/27 ウインサフロ-ヨガ(かな) 20 はじめてのヨガ(きょうこ)	12:00-13:15
15:00-16:00				17:00-18:00		14:00-15:00
1/8/15 プライベート(まさみ)	定休日	プライベート (まさみ)		5/12/26 プライベート(まさみ)		7/21/28 プライベート(かな)
19:30-20:30		19:00-20:00 3/17 首肩スッキリヨガ(まさみ) 10/24 美尻ヨガ(まさみ)	19:00-20:00 4/18 ピラティス&マスターストレッチ (てるこ) 11/25 お腹痩せピラティス(てるこ)	19:00-20:00 5/26 はじめてのヨガ(まさみ) 12 首肩スッキリヨガ(まさみ) 19 肩甲骨ヨガ®(はるか)		
		20:30-21:30 3/17 美尻ヨガ(まさみ) 10/24 首肩スッキリヨガ(まさみ)		20:30-21:30 5/26 マスターストレッチ(まさみ) 12 テックスフロ-ヨガ(まさみ)		
<p>☆祝日レッスン☆ 4/29(月) 8:30-9:30 首肩スッキリヨガ(まさみ) 10:00-11:00 美尻ヨガ(まさみ)</p>			<p>☆お知らせ☆ ① まさみ先生 奄美大島出張中♥のため、スケジュール変更あり。 4/19(金) 19:00-20:00 肩甲骨ヨガ®(はるか) 20:30のクラスは休講 4/20(土) 10:00-11:00 スッキリ骨盤矯正ヨガ(代行 NEW きょうこ先生) 12:00-13:00 はじめてのヨガ(代行 NEW きょうこ先生) 4/22(月) 10:00のクラスは休講 13:00-14:00 アロマリラクスマロヨガ(代行 とよみ先生) 19:30-20:30 骨盤メイクピラティス(かな)</p>			