

☆**アンカサ枚方店** 2月レッスンスケジュール

定休日：毎週火曜日

月	火	水	木	金	土	日
10:00-11:00		10:00-11:00	10:00-11:15	10:00-11:15	10:00-11:00	10:00-11:00
4/25 デトックスフロー 11/18 はじめてのヨガ		猫背解消ピラティス	リラククスアロマヨガ	1/15 後ろ姿美人ヨガ 8/22 モーニング リラククスヨガ	2/16/23 首肩スッキリヨガ 9日 はじめてのヨガ	3/10 アンチエイジングヨガ 17/24 はじめてのヨガ
13:00-14:00			13:00-14:15		12:00-13:00	12:00-13:15
4/18リラククスできる 陰ヨガ 25日 アクティブ&リラク ゼーション			アナトミック骨盤 ヨガ@ピギナー		2/9/16 デトックスフロー 23日 パワーピラティス	3/10/17 ピラティスの基本 24日 デトックスフロー
15:00-16:00	定休日	17:00-18:00		17:00-18:00	14:00-15:00	14:00-15:00
プライベート		プライベート		プライベート	2/9/16 プライベート	3/10 プライベート
19:30-20:30		19:00-20:00	19:30~20:30	18:45-19:45		
骨盤メイクピラティス		6日 首肩スッキリヨガ 13日 リラククスできる 陰ヨガ 20/27はじめてのヨガ	お腹痩せピラティス	1日 アクティブ& リラクゼーションヨガ 8/15/22 首肩スッキリヨガ		
				20:15-21:15		
				1/15 はじめてのヨガ 8/22 マスターストレッチ		
<p>☆祝日レッスン☆ 2/11 (月) 10:00-11:00 はじめてのヨガ 12:00-13:00 アクティブ&リラクゼーション</p>			<p>☆お知らせ☆ 2/23 New” パワーピラティス かな” ⇒ The 体幹強化！普段のエクササイズをバワフルに繋げます。”ピラティスの基本”に慣れてきた方にはお薦め☆彡 2/24 ピラティスの基本 休講 ⇒ ”デトックスフロー まさみ”</p>			