

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
2018年 10月			8:20~9:30 朝ヨガ むつみ		8:30~9:40 身体に良い 筋トレ きょうこ	8:45~9:45 ヴィンヤサヨガ むつみ
☆10:30~11:40 ピラティス まゆみ 15日休	☆10:00~11:30 ジャイロキネシス あい	10:30~11:10 燃焼トレ あさこ	10:00~11:00 ヴィンヤサヨガ むつみ	☆10:30~11:40 ハタヨガ入門 あさこ	☆10:00~11:30 ハタヨガ あさこ	10:00~11:10 ハタヨガ入門 むつみ
		☆11:30~12:40 ハタヨガ入門 &マタニティヨガ あさこ		12:00~12:30 燃焼トレ ハード あさこ	12:00~12:45 燃焼トレーニング あさこ	11:40~12:40 ピラティス 7・21 日麻美
台風などによる突然の 休講はHP上のTwitter を確認してください	1:40~2:30 ハタヨガ NEW きょうこ		☆12:30~1:40 阿佐ヶ谷 要予約 ハタヨガ入門	12:40~1:30 ハタヨガ あさこ	1:00~2:10 ハタヨガ入門 あさこ	特別講座 11:30~12:40 ☆14日ハウツー頭立ち ☆28日ヨガとは・座学
	☆2:40~4:10 身体に良い 筋トレ NEW きょうこ			特別講座 11月2日 ☆2:00~3:20 幸代 マントラ		1:00~2:00 ジェントルフローヨガ 7・21 日麻美 28日ちひろ
	4:30~5:30 ハタヨガ入門 あさこ					2:30~3:30 ハタヨガ入門 ひろこ 7日休
	6:10~7:00 ハタヨガ あさこ	5:30~6:30 ハタヨガ入門 きょうこ	5:30~6:20 ハタヨガ あさこ			
6:50~7:50 ハタヨガ入門 りな 8日休		6:50~7:45 身体に良い 筋トレ きょうこ	6:30~7:00 燃焼トレ ハード あさこ			要予約 さちよ 6・15日 ヨーガセラピートレーニング 24・26日ヨーガ・ストラ
	アロマトリートメント チケットが使えます 詳細はエイコ 麻子	8:05~9:00 ハタヨガ入門 りな	☆7:10~8:20 ハタヨガ入門 あさこ		7:00~8:00 ジェントルフローヨガ ようこ 13日休	

入会金・予約不要 www.yogastudiotokyo.com ◇マットレンタル300円(エタノールで消毒済み)

ドロップイン☆≧ 1回→3000円

3ヵ月有効チケット☆≧ 5枚→13000円 (1枚で全てのクラスに参加できます)

月謝 各種 (毎月1日~月末有効)

☆≧4枚→10000円(1枚で全てのクラスに参加できます)

☆≧ 11枚→15000円 ☆≧ 16枚→20000円 ☆≧ 20枚→21600円 (☆クラスは2枚、他クラスは1枚)

☆≧月謝追加1枚→1000円(月謝がなくなり次第購入できます)

◇置きマットスペース6ヵ月3000円

おつりの無いよう御協力頂きいつもありがとうございます