

グループレッスンスケジュール

大森山王スタジオ

月(Mon)	火(Tue)	水(Wed)	木(Thu)	金(Fri)	土(Sat)	日(Sun)
	10:00-11:00 アロマヨガ YOGA NaNa	10:00-11:00 やさしいフロー YOGA Moemi	10:00-11:00 ピラティス PILATES mai		10:00-11:00 目覚めのヨガ YOGA Asumi	10:00-11:00 ベジックフロー YOGA tomo
11:30-12:30 リラックスヨガ YOGA マリ	11:30-12:30 ピラティス PILATES NaNa		11:30-12:30 ヨガベジック YOGA mai		11:30-12:30 ピラティス PILATES Ayako	
13:00-14:00 マタニティヨガ YOGA マリ						13:30-14:30 体幹ピラティス PILATES メグミ
		18:00-19:00 陰陽ヨガ YOGA FUKIKO			15:00-16:00 キレピラティス PILATES Minori	15:00-16:00 ハタヨガ YOGA Moemi
19:20-20:20 ヨガベジック YOGA tomo	19:20-20:20 体幹ピラティス PILATES メグミ	19:20-20:20 キレピラティス PILATES Minori	19:20-20:20 リラックスヨガ YOGA Asami	19:20-20:20 ピラティス PILATES Manami		

ヨガ

ピラティス

◆備考◆
・休講、代行の場合がございます。詳しくはWebをご確認ください。



ピラティス&ヨガスタジオOlulu 大森スタジオ
東京都大田区山王1-1-7コスモハイツ山王204
TEL : 03-6410-7130
HP : <https://olulu-yoga.jp>

