

- HITOTOKI -

YOGA lesson weekly schedule

★…運動量(小)クラス ★★…運動量(中～大)クラス

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 10:00～11:00 ベーシックヨガ ★ </div>	定 休 日	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 10:30～11:30 骨盤調整ヨガ ★★ </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 19:00～20:00 リラックスヨガ ★ </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 10:30～11:30 美脚美尻ヨガ ★★ </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 19:00～20:00 リラックスヨガ ★ </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 10:30～11:30 肩こり腰痛 改善ヨガ ★ </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 15:00～16:00 アロマヨガ ★ </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 10:30～11:30 ベーシックヨガ ★ </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 15:30～16:30 はじめての フローヨガ ★ </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 10:00～11:00 ハタヨガ ★ </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 15:00～16:00 フローヨガ ★★ </div>