

2024年7月

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
9:30~10:30 オープン♡ヨガ ★★ MARIE	9:30~10:30 ピラティス ★★★★~ EMI	9:30~10:30 ベーシックヨガ ★★ MEME	9:00~10:00 肩甲骨ヨガ ★★ EMI	9:30~10:30 自律神経調整ヨガ ★★ CHIHARU	8:30~9:30 肩甲骨／骨盤調整 第1,2/第3,4 ★★ EMI	9:30~10:30 モーニングフロー ★★★★ MEME
11:00~12:00 ボディメイクヨガ ★★★★ MARIE	11:00~12:00 リラックスヨガ ★★ YURI	11:00~12:00 アニマルフロー 第1,3基礎／第2,4応用 ★2/★4 MEME	10:30~11:40 NEW 逆転プラクティス ★★★★~ EMI	11:00~12:00 ヨガフロー／腸もみ ★★★★ RYON/EMI	10:00~11:00 NEW ピラティス／パワ-ヨガ 第1,2/第3,4 ★★★★~ EMI	11:30~12:30 アニマルフロー 第1,3基礎／第2,4応用 ★2/★4 MEME
12:30~13:30 腸もみヨガ ★★★★ EMI				12:30~13:30 リラックスヨガ ★★ RIYON	11:30~12:30 NEW コアトレヨガ ★★★★ MARIE	13:30~14:30 骨盤調整ヨガ ★★ NORIKO
	15:00~16:00 肩甲骨／骨盤調整 第1,2/第3,4 ★★ YUKI	15:00~16:00 パワーヨガ初級 ★★★★ YURI	15:00~16:00 リラックスフロー ★★ MISATO/MARIKO		13:00~14:00 ベーシックヨガ ★★ MARIE	15:30~16:30 リラックスリンパ ★★ NORIKO
					♠土曜クラス 時間が 変わりました！	
18:30~19:30 NEW YOGA FLOW ★★★★ YOSHIE	18:30~19:30 リラックスヨガ ★★ MIKU	18:30~19:30 NEW フローヨガ ★★★★ MARIE	18:30~19:30 肩こり改善ヨガ ★★ MEME	18:30~19:30 ベーシックヨガ& ピラティス ★★ MAI		
20:00~21:00 NEW デトックスヨガ ★★ YOSHIE	20:00~21:00 やわらかカラダYOGA 月1回開催 ★★ MEME	20:00~21:00 浮腫み改善ヨガ ★★ MARIE	20:00~21:00 腸内デトックスヨガ ★★ MEME	20:00~21:00 ヒーリングヨガ ★★ MAI		

BREATH岩盤ヨガスタジオ
045-663-1132



【ホームページ】



【ご予約】



【公式LINE】

時間帯が変わります！
詳細はスペシャルクラスの
内容PDFをご覧ください！

♡7月代講クラス♡
詳細は代講リストPDFをチェック！
♡BREATHニュース♡

♡毎月のイベントDAY♡

- 新月・満月の日⇒イエロー
- アロマの日⇒ブルー
- 上半身引き締めの日⇒グリーン
- 下半身引き締めの日⇒オレンジ
- 特別クラス⇒ピンク
- 月1土曜日コンプチャ1杯プレゼントDAY

BREATHのお知らせ♡

【レッスンレベル】
初心者★~★★★
中級★★★★~★★★★★
上級★★★★★~★★★★★★

※休講クラスや代講、定休日は裏側の
スタッフスケジュールを見ていただくと分かりや
すくなっております。
※急な日程などの変更がある場合は公式ライン、SNS
にて配信しておりますので登録をお願いします。

★毎週月曜の夜担当のYOSHIE先生が7月からレッスンスタート！！
毎週月曜日18:30~/20:00~
★土曜日のレギュラークラスの時間が変わりました！
★NEWクラスも増えています♡
★祝7/15(月)特別スケジュールになっていますので内容のご確認をお願いします！