

2024年8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 ヴァンヤサフロー ★★★★~ EMI	11:00~12:00 リラックス/ヨガフロー ★★ RIYON/EMI	10:00~11:00 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 NEW 骨盤調整ヨガ ★★★★ EMI				12:30~13:30 リラックス ★★ RIYON	11:30~12:30 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
18:30~19:30 YOGA FLOW ★★★★ YOSHIE	18:30~19:30 リラックスヨガ ★★ MIKU	18:30~19:30 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 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！

♡8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

♡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ご登録をお願いします。

8月のスケジュールは代講クラスや時間変更等が
多くございますので
ご確認の方お願いいたします★
代講リストにて変更クラスとレベルも記載しています。