



# リムヨガレッスンスケジュール

★オンラインのみ受付  
★スタジオのみ受付  
マークなしは両方受付

♪子連れ可

ご予約必須。施術系は前日23時迄  
スタジオ3時間前・オンライン1時間前  
それ以降はお問合せ。

月	火	水	木	金	土	日		
5月30日	5月31日					5月1日		
☆♪ 9:30 ヴィンヤサフローヨガ ♪ 11:00 FRPピラティス	☆♪ 10:30 ハタヨガアライメント ようこ みさの ☆♪ 13:30 おやこえいご(0~4歳)ゆみ ☆♪ 18:30 ~21:30 整体受付(限定3名) たいち	<div style="border: 2px solid green; border-radius: 15px; padding: 10px; background-color: #e0ffe0;"> <p>●通常クラス60~90mins ※Lisa/Gracie class: English OK</p> <p>※3組以上集まれば 空いている時間でクラス開講可能です。 希望者はお友達と時間など合わせて お問い合わせ下さい。出張も可能です。 ※アクロヨガJAMIは様子をみながら開催中</p> <p>●運動量・強度 《ゆるゆる癒されたい方》 ・ハタヨガベーシック※なえ・みき ・骨盤調整ヨガ 《程良く体を動かしたい方》 ・ハタヨガベーシック※しおり・りさ ・ゆったりフローヨガ ・ボディメイクヨガ・ピラティス系</p> <p>《しっかり体を動かしたい方》 ・ヴィンヤサフローヨガ ・ポップピラティス ・アシタンゴヨガ ・ヨギックアーツ 《学びたい方・経験者向け》</p> </div>						お休み
2	3	4	5	6	7	8		
☆♪ 9:30 ヴィンヤサフローヨガ ♪ 11:00 FRPピラティス	☆♪ 10:30 ゆったりフローヨガ りさ ☆ 13:00 ヨガ棒 たいち ☆♪ 14:30 ~18:00 整体受付(限定3名) たいち	9:30 ハタヨガベーシック なえ	11:00 ハタヨガベーシック りさ ☆♪ 13:00 ヨギックアーツ やす	♪ 9:30 骨盤調整ヨガ ちひろ ♪ 11:00 心身リフレッシュヨガちひろ ☆♪ 13:30 マタニティヨガ みさの 18:00 タイ古式マッサージ なえ 20:00 ハタヨガベーシック なえ	☆♪ 10:30 ゆったりフローヨガ りさ ☆♪ 13:30 アニマルフロー ひとみ 15:00 タイ古式マッサージひとみ 17:00 骨盤調整ヨガ ちひろ	9:30 ハタヨガベーシック りさ ☆♪ 13:00 ヨギックアーツ やす ☆♪ 15:00 ハタヨガベーシック なえ 17:00 タイ古式マッサージ なえ		
9	10	11	12	13	14	15		
☆♪ 9:30 ヴィンヤサフローヨガ ♪ 11:00 FRPピラティス	☆♪ 10:30 ハタヨガアライメント ようこ みさの ☆♪ 13:30 おやこよが(0~3歳児)ようこ ☆♪ 18:30 ~21:30 整体受付(限定3名) たいち	☆♪ 11:30 ゆったりフローヨガ みさの ☆♪ 13:30 産後ママ向けヨガ みさの <small>目安:2ヶ月~12か月</small>	♪ 11:00 ハタヨガベーシック りさ ♪ 13:30 産後ママ向けヨガ りさ <small>目安:2ヶ月~12か月</small>	♪ 9:30 骨盤調整ヨガ ちひろ ♪ 11:00 心身リフレッシュヨガちひろ ☆♪ 13:30 マタニティヨガ みさの 18:00 タイ古式マッサージ なえ 20:00 ハタヨガベーシック なえ	☆♪ 11:30 FRPピラティス みさの ☆♪ 13:30 アニマルフロー ひとみ 15:00 タイ古式マッサージひとみ 17:00 骨盤調整ヨガ ちひろ	9:30 ハタヨガベーシック みき ☆♪ 11:30 キッズヨガ みき ♪ 13:00 アシタンゴヨガ ともひ <small>ハーフプライマリレッド</small>		
16	17	18	19	20	21	22		
☆♪ 9:30 ヴィンヤサフローヨガ ♪ 11:00 FRPピラティス	☆♪ 10:30 ハタヨガアライメント ようこ みさの ☆♪ 13:30 おやこえいご(0~4歳)ゆみ ☆♪ 18:30 ~21:30 整体受付(限定3名) たいち	☆♪ 11:30 ゆったりフローヨガ みさの ☆♪ 13:30 産後ママ向けヨガ みさの <small>目安:2ヶ月~12か月</small>	♪ 11:00 ハタヨガベーシック りさ ♪ 13:30 産後ママ向けヨガ りさ <small>目安:2ヶ月~12か月</small>	♪ 9:30 骨盤調整ヨガ ちひろ ♪ 11:00 心身リフレッシュヨガちひろ ☆♪ 13:30 マタニティヨガ みさの 18:00 タイ古式マッサージ なえ 20:00 ハタヨガベーシック なえ	☆♪ 10:30 ゆったりフローヨガ りさ ☆♪ 13:30 ボディメイクヨガ いづみ ☆♪ 15:00 おやこヨーガ いづみ	☆♪ 9:30 ハタヨガアライメント ようこ ☆♪ 11:30 おやこよが(0~3歳児)ようこ ☆♪ 15:00 ハタヨガベーシック なえ 17:00 タイ古式マッサージ なえ		
23	24	25	26	27	28	29		
☆♪ 9:30 ヴィンヤサフローヨガ ♪ 11:00 FRPピラティス	☆♪ 10:30 ハタヨガアライメント ようこ みさの ☆♪ 13:30 おやこよが(0~3歳児)ようこ ☆♪ 18:30 ~21:30 整体受付(限定3名) たいち	♪ 11:00 ハタヨガベーシック りさ ☆♪ 13:00 セラピスト練習会 りさ <small>~17:30</small>	☆♪ 9:30 ゆったりフローヨガ みさの ☆♪ 11:00 産後ママ向けヨガ みさの <small>目安:2ヶ月~12か月</small>	♪ 9:30 骨盤調整ヨガ ちひろ ♪ 11:00 心身リフレッシュヨガちひろ ☆♪ 13:30 マタニティヨガ& みさの ~16:00 フォト撮影イベント ☆ 20:00 アニマルフロー ひとみ	☆♪ 11:30 FRPピラティス みさの ☆♪ 13:30 ボディメイクヨガ いづみ ☆♪ 15:00 おやこヨーガ いづみ	9:30 ハタヨガベーシック りさ ☆♪ 11:30 キッズヨガ りさ ☆♪ 13:00 ヨギックアーツ やす		