

## 11月 Weekly Schedule

### Ananas Yoga

DAY TIME	月	火	水	木	金	土	日
						9:00-10:00(60) ハタヨガ ☆☆ Yumi	9:00-10:00(60) リラックスフロー ☆ Yuuki
10:00-11:00(60)	10:00-11:00(60)	10:00-11:00(60)	10:00-11:00(60)	10:00-11:00(60)	10:00-11:00(60)	10:15-11:15(60)	10:45-11:45(60)
ビギナーズヨガ ☆ KaoRin	ハタヨガ ☆~☆☆ hiro	リラックスフロー ☆ Yuuki	リストラティブ ☆ Yuuki	産後ヨガ ☆ Momo	リフレッシュヨガ ☆ Yumi	1,2W アロハヨガ ☆~☆☆ Ayaco	
11:30-12:30(60)	11:30-12:30(60)	11:30-12:30(60)		11:30-12:30(60)			3,4,5W マタニティ ☆ Momo
リフレッシュヨガ ☆ KaoRin	ハタフロー ☆☆~☆☆☆ hiro	ビギナーズヨガ ☆ Yuuki		ハタフロー ☆☆ Izumi			
				14:00-15:00(60) ハタヨガ ☆~☆☆ 友里恵	14:30-15:30 太陽礼拝 ☆☆~☆☆☆ mayu	14:30-15:30(60) ビギナーズヨガ ☆ Yuuki	14:30-15:30(60) 太陽礼拝 ☆☆~☆☆☆ mayu
				15:30-16:30(60) バクティフロー ☆☆ 友里恵			
						16:45-17:45(60) ピラティス ☆~☆☆ Manami	
19:00-20:00(60)			19:00-20:00(60)	19:00-20:00(60)			
リストラティブ ☆ Yuuki			ビギナーズヨガ ☆ Yuuki	ピラティス ☆~☆☆ Manami			



安定期以降のマタニティの方が参加できるクラス



子連れで参加できるクラス

#### 【休講のお知らせ】

- ・ 11月8日（日）14:30 太陽礼拝 Mayu
- ・ 11月28日（土）16:45 ピラティス Manami

ご予約はHPからお願いします。  
<https://ananas-yoga.com>



#### キャンセルポリシー

- ・ 午前中のレッスンのご予約・キャンセルは、前日夜23時までにはお願いします。
- ・ 午後・夜のレッスンのご予約・キャンセルは、当日レッスン開始4時間前までにはお願いします。
- ・ 上記時間を過ぎてからのキャンセルは、**レッスン1回分のキャンセル料（チケット1回消費）**を頂きますので、ご注意ください。