

## 2022年4月のレッスンスケジュール



月	火	水	木	金	土	日
			10:00-11:00	10:00-11:00	10:00-11:00	10:00-11:00
			ビギナーズヨガ ☆☆☆ (4/7,14,21,28) hiro/Aiko	ハタフローヨガ ☆☆ (4/1,8,15,22,29) MIKI	ビギナーズヨガ ☆☆☆ (4/2,9,16,23,30) Aiko	ハタヨガ ☆☆☆☆ (4/3,10,17) akika
	11:30-12:30			11:30-12:30		11:30-12:30
	ビギナーズヨガ ☆☆☆ (4/5,12,19,26) 友里恵			マタニティヨガ ☆ (4/8,15,29) misao		アロハヨガ ☆☆☆ (4/10) ayaco
13:00-14:00	13:30-14:30		13:00-14:00		13:00-14:00	13:00-14:00
ビギナーズヨガ ☆☆☆ (4/4,11,18,25) Aiko	ママ&ベビーヨガ ☆ (4/5,12,19,26) misao		リラクソヨガ ☆ (4/7,14,21,28) Aiko		ピラティス (4/2,9,16,23,30) Manami	イマココヨガ ☆☆☆ (4/17,24) Naori
15:00-16:00		15:30-16:30				14:30-15:30
デトックスヨガ ☆☆ (4/4,18) Emika		ヴィンヤサフローヨガ ☆☆☆ (4/13,20,27) michiru				イマココヨガ ☆☆☆ (4/17,24) Naori
				19:00-20:00		
				ヴィンヤサフローヨガ ☆☆☆ (4/1,8,15,29) michiru		



安定期以降のマタニティの方が参加できます。

### ご予約について

- ・午前のレッスンは前日の23時まで、午後のレッスンは開始4時間前までご予約可能です。
- ・各レッスンの最新情報はホームページでご確認ください。
- ・レッスンのご予約はホームページからお願いします。



### キャンセルについて

- ・午前のレッスンは、前日の23時までにホームページからお願いします。
- ・午後のレッスンは、開始4時間前までにホームページからお願いします。

※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)をいただく場合がありますので、お早めにメールまたはお電話にてご連絡をお願いします。

info@ananas-yoga.com

080-5869-9302