



スタジオプログラム

五反田店

2020年9月

曜日	月	火	水	木	金	土	日
9:00							
10:00							9:30-10:30 ハタヨガ 菅野有希
11:00	10:30-11:30 ピラティスベーシック 伊東玲子	11:00-12:00 ハタヨガ 蓬田しのぶ	10:30-11:30 ピラティスベーシック 伊藤友妃子	11:00-12:00 奇数週) アシュタンガヨガ 偶数週) ハタヨガ 千晴		10:15-11:15 ハタフローヨガ KAYOKO	11:00-12:00 ピラティスベーシック 東友紀
12:00	12:00-13:00 ハタヨガ 後藤ユカリ	12:30-13:30 ピラティスベーシック 蓬田しのぶ	12:00-13:00 ハタヨガ ユミ	12:30-13:30 ピラティスベーシック 伊東玲子		11:45-12:45 ピラティスベーシック maiko	12:30-13:30 b-i ベルヴィス ~フリースタイル~ シズエ
13:00						13:15-14:15 ヨガセラピー~ムーンスタイル~ 調整中 決定次第予約システムにて告知	
14:00			14:30-15:30 ママフィットwithベビー 後藤直美				14:00-15:00 ピラティスベーシック 小島恵理
15:00						14:45-15:45 ヴィンヤサフローヨガ 調整中 決定次第予約システムにて告知	
16:00							15:30-16:30 ハタヨガ Yumi
17:00						16:15-17:15 ピラティスベーシック 豊田英里	
18:00		18:30-19:30 ハタヨガ Uri	18:30-19:15 ピラティスベーシック 蓬田しのぶ	18:45-19:30 バレトン Maemi			
19:00	18:45-19:45 ピラティスベーシック リエ		19:45-20:30 deepWORK@45 紫保	20:00-21:00 ハタフローヨガ 笹谷侑加			
20:00	20:15-21:15 ハタヨガ ふみ	20:00-21:00 ピラティスベーシック 吉岡美紀					
21:00			21:00-21:45 陰ヨガ 紫保				
22:00							

- レッソンの代行やプログラムが変更になる場合がございます。最新情報はドゥミ予約システムをご確認ください。
- 「ママフィットwithベビー」は、別途ご契約が必要です。
- 「バレトン」はヨガマットは不要です。