

ボディスタジオアウル【なぎつじ】 11月5日～11月25日 スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
<p>11/5</p> <p>09:30～10:45 美ボディピラティス Morihiro</p> <p>11:15～12:30 リラックスヨガ 真</p> <p>13:00～14:00 シルクサスペンション Morihiro</p> <p>18:45～19:45 シルクサスペンション Toyoko</p> <p>20:15～21:30 スローフローヨガ David</p>	<p>6</p>	<p>7</p> <p>09:30～10:45 リセット朝ヨガ NOEL</p> <p>11:15～12:00 バンジーフィットネス Toyoko</p> <p>18:45～19:30 バンジーフィットネス Morihiro</p> <p>20:15～21:15 シルクサスペンション Morihiro</p>	<p>8</p> <p>09:30～10:30 シルクサスペンション Toyoko</p> <p>11:15～12:30 Yinヨガ Toyoko</p> <p>17:15～18:00 バンジーフィットネス Morihiro</p> <p>18:30～19:45 シェイプ&ビューティヨガ NORIKO</p> <p>20:00～21:15 アロマヨガ NORIKO</p>	<p>9</p> <p>09:30～10:45 シェイプアップピラティス Morihiro</p> <p>11:15～12:15 シルクサスペンション Morihiro</p> <p>18:30～19:45 心身を整えるヨガ Mikan</p> <p>20:15～21:15 シルクサスペンション Toyoko</p>	<p>10</p> <p>09:30～10:45 やさしいヨガ Toyoko</p> <p>11:15～12:30 シェイプアップピラティス Toyoko</p> <p>13:30～14:15 脂肪燃焼トランポリン Toyoko</p>	<p>11</p> <p>09:30～10:45 美ボディピラティス Morihiro</p> <p>11:15～12:00 バンジーフィットネス Morihiro</p>
<p>12</p> <p>09:30～10:45 美ボディピラティス Morihiro</p> <p>11:15～12:30 リラックスヨガ 真</p> <p>13:00～14:00 シルクサスペンション Morihiro</p> <p>18:45～19:45 シルクサスペンション Toyoko</p> <p>20:15～21:30 スローフローヨガ David</p>	<p>13</p>	<p>14</p> <p>09:30～10:45 インドハタヨガフロー Toyoko</p> <p>11:15～12:00 バンジーフィットネス Toyoko</p> <p>18:45～19:30 バンジーフィットネス Morihiro</p> <p>20:15～21:15 シルクサスペンション Morihiro</p>	<p>15</p> <p>18:45～19:30 脂肪燃焼トランポリン Morihiro</p> <p>20:15～21:30 シェイプアップピラティス Morihiro</p>	<p>16</p> <p>09:30～10:45 シェイプアップピラティス Morihiro</p> <p>11:15～12:15 シルクサスペンション Morihiro</p> <p>13:00～14:15 美☆姿勢ヨガ akichiyō</p> <p>18:30～19:45 心身を整えるヨガ Mikan</p> <p>20:15～21:15 シルクサスペンション Morihiro</p>	<p>17</p> <p>09:30～10:45 やさしいヨガ Toyoko</p> <p>11:15～12:15 シルクサスペンション Toyoko</p>	<p>18</p> <p>09:30～10:45 美ボディピラティス Morihiro</p> <p>11:15～12:00 バンジーフィットネス Morihiro</p> <p>13:00～13:45 脂肪燃焼トランポリン Morihiro</p> <p>15:00～16:15 楽しい韓国語ヨガ 姜明淑</p>
<p>19</p> <p>09:30～10:45 美ボディピラティス Morihiro</p> <p>11:15～12:30 リラックスヨガ 真</p> <p>13:00～14:00 シルクサスペンション Morihiro</p> <p>18:45～19:45 シルクサスペンション Toyoko</p> <p>20:15～21:30 スローフローヨガ David</p>	<p>20</p> <p>09:30～10:45 リセット朝ヨガ NOEL</p> <p>火曜の朝レッスンは レギュラーとなります</p>	<p>21</p> <p>09:30～10:45 インドハタヨガフロー Toyoko</p> <p>11:15～12:00 バンジーフィットネス Toyoko</p> <p>18:45～19:30 バンジーフィットネス Morihiro</p> <p>20:15～21:15 シルクサスペンション Morihiro</p>	<p>22</p> <p>09:30～10:30 シルクサスペンション Toyoko</p> <p>11:15～12:30 Yinヨガ Toyoko</p> <p>17:15～18:00 バンジーフィットネス Morihiro</p> <p>18:30～19:45 シェイプ&ビューティヨガ NORIKO</p> <p>20:00～21:15 アロマヨガ NORIKO</p>	<p>23(祝)</p> <p>09:30～10:45 シェイプアップピラティス Morihiro</p>	<p>24</p> <p>09:30～10:45 筋トレヨガ Morihiro</p> <p>11:15～12:15 シルクサスペンション Morihiro</p> <p>13:30～14:15 脂肪燃焼トランポリン Morihiro</p>	<p>25</p> <p>09:30～10:45 美ボディピラティス Toyoko</p> <p>11:15～12:00 バンジーフィットネス Toyoko</p>

定員数がありますので、前日20時までにご予約ください。

ご予約はこちら… 電話 080-8502-2864

メール bs_owl@docomo.ne.jp

シルクサスペンション・脂肪燃焼トランポリン・バンジーフィットネスとも回数券1回分のみ(別料金なし)

スケジュールのリニューアルを順次実施しております。開始日時にご注意ください！