



Biotope

YOGA STUDIO

Schedule

予定表

月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat	日 Sun
10:30 ~ 12:00 パワーヨガ Ryota ★	10:30 ~ 12:00 Beauty ヨガ Mai ▲	10:00 ~ 11:20 Body Make ヨガ Naoko ★	10:30 ~ 11:50 やさしいヨガ Takako ▲	10:30 ~ 12:00 Props ヨガ Aki ▲	10:00 ~ 11:30 スローフロー Takako ★	09:00 ~ 10:30 Sunday Morning ヨガ Ryota ▲
13:00 ~ 14:15 manabi ヨガ Takako ▲	13:00 ~ 14:15 リラックス ハタヨガ Makiko ∞	13:00 ~ 14:00 ママヨガ ※ Naoko ▲	13:00 ~ 14:30 陰陽ヨガ Ryota ∞	13:00 ~ 14:30 Beauty ヨガ Mai ▲	13:30 ~ 15:00 ボディメンテナンス Ryota ▲	
14:45 ~ 19:00 プライベート Lesson	15:00 ~ 16:15 バレエ コンディショニング Makiko ▲		15:00 ~ 17:00 プライベート Lesson	15:00 ~ 19:00 プライベート Lesson		
	17:30 ~ 18:30 Kids ヨガ Aki ▲	16:30 ~ 19:00 プライベート Lesson			17:00 ~ 18:30 ※第1・3土のみ プライベート Lesson	
19:30 ~ 20:50 アロマ リラックスヨガ Takako ∞	19:30 ~ 21:00 デトックス フロー Aki ★	19:30 ~ 21:00 スローフロー Takako ★	19:30 ~ 21:00 リストラティヴ ヨガ Uco ∞	19:30 ~ 20:50 アロマキャンドル ナイトヨガ Takako ▲	19:00 ~ 20:30 ※第1・3土のみ アロマ リラックスヨガ Takako ∞	

※ママヨガ 女性限定。 1歳未満のお子さんと参加可。

●新月ヨガ 新月から48時間以内のTakakoの夜のクラスは新月ヨガに変更になります。

