

スクールスケジュール

2018年4月～2018年8月

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
	ホットスタジオ	ストーンスタジオ	ホットスタジオ	ストーンスタジオ	ホットスタジオ	ストーンスタジオ	ホットスタジオ	ストーンスタジオ	ホットスタジオ	ストーンスタジオ	ホットスタジオ	ストーンスタジオ	ホットスタジオ	ストーンスタジオ
11:00	10:30~11:30 ポル・ド・ブラ 工藤	10:45~11:45 ピラティス 川原	11:00~12:00 骨盤矯正ヨガ MASAKO	10:30~11:30 ハタヨガ 吉田	11:00~12:00 美ボディコア エクササイズ KANAKO	10:30~11:30 ピラティス 川原	11:00~12:00 ハタヨガ 持田	10:30~11:30 スローフロー ヴィンヤサ 松元	11:00~12:00 ピラティス KANAKO	New! 10:30~11:30 リラックスヨガ 吉田	11:00~12:00 下半身ケアYOGA 小林	10:30~11:30 パワーヨガ 美香	11:00~12:00 ハタヨガ 持田	10:30~11:30 ピラティス 清瀬
12:00						11:45~12:45 岩温癒		11:45~12:45 岩温癒		11:45~12:45 岩温癒				
13:00			12:30~13:30 パーソナル: MASAKO 毎週			13:00~14:00 アロマリラックス ヨガ 美香		13:00~14:00 ハタヨガ 持田		13:00~14:00 ピラティス MASAKO	12:45~13:45 パーソナル:川原 日程はご相談下さい	11:45~14:15 岩温癒	12:30~13:30 リラックスヨガ 持田	
14:00	13:45~14:45 ハタヨガ ～肩こりケア～ 藤中		14:00~15:00 ピラティス KANAKO		14:15~15:15 ヒーリング ハタヨガ kyoko		14:00~15:00 機能改善ヨガ 小林		14:00~15:00 ハタヨガ 桂		14:00~15:00 リラックスヨガ 上川	14:30~15:30 ポール& ピラティス 川原	14:00~15:00 パワーヨガ 持田	11:45~18:30 岩温癒
15:00	15:00~16:00 陰ヨガ 藤中	12:00~18:15 岩温癒									15:30~16:30 ハタヨガ 上川	15:45~16:45 ポール& ピラティス 川原		
16:00			15:30~16:30 パーソナル:川原 日程はご相談下さい	11:45~21:30 岩温癒		14:15~18:45 岩温癒		14:15~19:45 岩温癒		14:15~18:45 岩温癒		17:00~18:30 岩温癒	16:00~17:00 ボディメイク ヨガ 漢	
17:00											17:15~18:15 やさしい アシュタンガヨガ Michiru			
18:00														
19:00	18:45~19:45 美姿勢プログラム KANAKO	New! 18:30~19:30 下半身ケアYOGA 小林	New! 18:30~19:30 リラックスヨガ Yuu		18:30~19:30 アロマリラックス ヨガ 上川	19:00~20:00 機能改善ヨガ 小林	18:15~19:15 ハタヨガ 桂		18:45~19:45 ハタヨガ 漢		19:00~20:00 ピラティス KANAKO			
20:00	20:00~21:00 ピラティス KANAKO		New! 20:00~21:00 ボディメイク ヨガ 漢		19:45~20:45 骨盤矯正ヨガ 上川	20:15~21:15 リラックスヨガ 小林	19:30~20:30 ベリーダンス KAZUMI	20:00~21:00 シェイプアップ ヨガ 桂	20:00~21:00 ストレッチヨガ 漢		20:15~21:30 岩温癒			
21:00														
											休館日			
											年間営業スケジュール参照		常温 New!	常温でのレッスン 新プログラム
											スクールスケジュールの見方			初めての方におすすめ
											13:00~14:00 ハタヨガ	レッスン時間 レッスン名	岩温癒 パーソナルレッスン	
											---	担当インストラクター	パーソナルはグループレッスンへ変更も可能 です。お気軽にお問い合わせ下さい。	

Vivo Bearsi with no history TEL: 079-225-8700
<http://s-vivo.com/bearsi-himeji/>

次月のご予約は、前月の20日より承っております。