

梅田校 9月 ヨガレッスンスケジュール

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------|---------------------------------------|-----------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|-----------------------------|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8:00 | | | | | | | |
| 9:00 | | | | 8:45 Hisae 朝ヨガ | | | |
| 10:00 | | | | 10:00~14:00 6月生 Hisae | | | 10:00~14:00 4月生 Hisae |
| 11:00 | | | 10:30 Masako スタンダード | | 10:30 Hisae スタイリッシュ | 10:30 Hisae 骨盤調整2 | |
| 12:00 | | | 12:00 Masako スタイリッシュ | | 12:00 Hisae 骨盤調整1 | 12:00 Hisae メディテーション | |
| 13:00 | | | 13:30 Takami メディテーション | | | | |
| 14:00 | | | 15:00~18:00 自主練習 (要予約) | 14:30 Marie スタンダード | 14:00~18:00 自主練習 (要予約) | 14:00~18:00 6月生 Hisae | 15:00 Hisae APメディカル |
| 15:00 | | | | 16:00 Marie スタイリッシュ | | | 16:30 Hisae 骨盤調整1 |
| 16:00 | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | |
| 19:00 | | | 18:30 Noriko スタンダード | 18:30 Masako スタイリッシュ | | | |
| 20:00 | | | 20:00 Noriko スタイリッシュ | 20:00 Masako アロマ | 19:00~20:30 ダンス部 自由参加 | | |
| | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 9:00 | | | | 8:45 Hisae 朝ヨガ | | | |
| 10:00 | | 10:00~14:00 4月生 Hisae | | 10:00~12:00 ヨガレッツ① | | | 10:00~14:00 4月生 Hisae |
| 11:00 | 10:30 Yuki スタイリッシュ | | 10:30 Masako スタンダード | | 10:30 Hisae スタイリッシュ | 10:30 Hisae 骨盤調整2 | |
| 12:00 | 12:00 Yuki アロマ | | 12:00 Masako スタイリッシュ | | 12:00 Hisae 骨盤調整1 | 12:00 Hisae メディテーション | |
| 13:00 | | | 13:30 Takami メディテーション | 13:00~15:00 ヨガレッツ② | | | |
| 14:00 | 14:00~16:30 プロコース④ | | 15:00~18:00 自主練習 (要予約) | | 14:00~18:00 自主練習 (要予約) | 14:00~18:00 自主練習 (要予約) | 15:00 Hisae APメディカル |
| 15:00 | | 14:30 Takami スタイリッシュ | | 15:30 Marie スタンダード | | | 16:30 Hisae 骨盤調整1 |
| 16:00 | | 16:00 Takami メディテーション | | 17:00 Marie スタイリッシュ | | | |
| 17:00 | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | |
| 19:00 | 18:30 Hisae 骨盤調整2 | 18:30 Hisae APメディカル | 18:30 Noriko スタンダード | 18:30 Masako スタイリッシュ | | | |
| 20:00 | 20:00 Hisae メディテーション | 20:00 Hisae アロマ | 20:00 Noriko スタイリッシュ | 20:00 Masako アロマ | | | |
| | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 9:00 | | | | 8:45 Hisae 朝ヨガ | | | |
| 10:00 | | 10:00~14:00 8月生 Hisae | | 10:00~14:00 6月生 Hisae | | | 10:00~14:00 8月生 Hisae |
| 11:00 | 10:30 Yuki スタイリッシュ | | 10:30 Masako スタンダード | | 10:30 Hisae スタイリッシュ | 10:30 Hisae 骨盤調整2 | |
| 12:00 | 12:00 Yuki アロマ | | 12:00 Masako スタイリッシュ | | 12:00 Hisae 骨盤調整1 | 12:00 Hisae メディテーション | |
| 13:00 | | | 13:30 Takami メディテーション | | | | |
| 14:00 | 14:00~16:30 プロコース⑤ | | 15:00~18:00 自主練習 (要予約) | | 14:00~18:00 自主練習 (要予約) | 14:00~18:00 6月生 Hisae | 15:00 Hisae APメディカル |
| 15:00 | | 14:30 Takami スタイリッシュ | | 14:30 Marie スタンダード | | | 16:30 Hisae 骨盤調整1 |
| 16:00 | | 16:00 Takami メディテーション | | 16:00 Marie スタイリッシュ | | | |
| 17:00 | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | |
| 19:00 | 18:30 Hisae 骨盤調整2 | 18:30 Hisae APメディカル | 18:30 Noriko スタンダード | 18:30 Masako スタイリッシュ | | | |
| 20:00 | 20:00 Hisae メディテーション | 20:00 Hisae アロマ | 20:00 Noriko スタイリッシュ | 20:00 Masako アロマ | 19:00~20:30 ダンス部 自由参加 | | |
| | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 9:00 | | | | | | | |
| 10:00 | | 10:00~14:00 8月生 Hisae | | 10:00~14:00 自主練習 (要予約) | 10:00 Takami スタンダード | 10:00~14:00 自主練習 (要予約) | 10:00~14:00 8月生 Hisae |
| 11:00 | 10:30 Yuki スタイリッシュ | | 10:30 Masako スタンダード | | | | |
| 12:00 | 12:00 Yuki アロマ | | 12:00 Masako スタイリッシュ | | 11:15 Takami スタイリッシュ | | |
| 13:00 | | | 13:30 Takami メディテーション | | | | |
| 14:00 | 14:00~17:00 目的別ヨガレッスンセミナー Hisae | | 15:00~18:00 自主練習 (要予約) | | 14:00~18:00 自主練習 (要予約) | 14:30 Msako スタイリッシュ | 15:00 Hisae APメディカル |
| 15:00 | | 14:30 Takami スタイリッシュ | | 14:30 Marie スタンダード | | | 16:30 Hisae 骨盤調整1 |
| 16:00 | | 16:00 Takami メディテーション | | 16:00 Marie スタイリッシュ | | 16:00 Masako アロマ | |
| 17:00 | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | |
| 19:00 | 18:30 Hisae 骨盤調整2 | 18:30 Hisae APメディカル | 18:30 Noriko スタンダード | 18:30 Masako スタイリッシュ | | | |
| 20:00 | 20:00 Hisae メディテーション | 20:00 Hisae アロマ | 20:00 Noriko スタイリッシュ | 20:00 Masako アロマ | | | |
| | 27 | 28 | 29 | 30 | | | |
| 9:00 | | | | 8:45 Hisae 朝ヨガ | | | |
| 10:00 | | 10:00~14:00 4月生 Hisae | | 10:00~14:00 6月生 Hisae | | | |
| 11:00 | 10:30 Hisae APメディカル | | 10:30 Masako スタンダード | | | | |
| 12:00 | 12:00 Hisae アロマ | | 12:00 Masako スタイリッシュ | | | | |
| 13:00 | | | 13:30 Takami メディテーション | | | | |
| 14:00 | 14:00~16:30 プロコース⑥ | | 15:00~18:00 自主練習 (要予約) | | 14:30 Marie スタンダード | | |
| 15:00 | | 14:30 Takami スタイリッシュ | | 16:00 Marie スタイリッシュ | | | |
| 16:00 | | 16:00 Takami メディテーション | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | |
| 19:00 | | 18:30 Hisae APメディカル | 18:30 Noriko スタンダード | 18:30 Masako スタイリッシュ | | | |
| 20:00 | | 20:00 Hisae アロマ | 20:00 Noriko スタイリッシュ | 20:00 Masako アロマ | | | |

お問い合わせ・ご予約

YMCメディカルトレーナーズスクール内
YMC Yoga Studio Umeda

TEL 06-6360-0809
FAX 06-6360-0818
<http://ymc-school.com>

- ・レッスンは先生の都合により代行になることもございます。
- ・レッスン内容は変更になる場合もございます。
- ・スケジュールは毎月変動の可能性がございます。

営業時間 10:00~19:00