

梅田校 11月 ヨガレッスンスケジュール

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7			
8:00										
9:00				8:45 Hisae 朝ヨガ						
10:00	10:30 Yuki スタイリッシュ	10:00~14:00 自主練習 (要予約)	10:30 Masako スタンダード	10:00~14:00 10月生 Hisae	10:30 Naoko スタイリッシュ	10:30 Hisae スタイリッシュ	10:00~12:00 ヨガレッヂ(1)			
11:00										
12:00	12:00 Yuki アロマ		12:00 Masako スタイリッシュ			12:00 Naoko スタンダード	12:00 Hisae 骨盤調整1			
13:00			13:30 Takami メディテーション				13:00~15:00 ヨガレッヂ(2)			
14:00	14:00~18:00 自主練習 (要予約)	14:30 Takami スタイリッシュ	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 10月生 Hisae				
15:00										
16:00		16:00 Takami メディテーション					16:00 Marie スタイリッシュ			16:00~18:00 オーディション対策 Hisae
17:00										
18:00		18:00~21:00 自主練習 (要予約)	18:30 Noriko スタンダード	18:30 Masako スタイリッシュ	18:30 Hisae 骨盤調整2					
19:00										
20:00			20:00 Noriko スタイリッシュ	20:00 Masako アロマ	20:00 Hisae メディテーション					
	8	9	10	11	12	13	14			
9:00				8:45 Hisae 朝ヨガ						
10:00	10:30 Yuki スタイリッシュ	10:00~14:00 8月生 Hisae	10:30 Masako スタンダード	10:00~14:00 6月生 Hisae	10:30 Naoko スタイリッシュ	10:30 Hisae スタイリッシュ	10:00~14:00 8月生 Hisae			
11:00										
12:00	12:00 Yuki アロマ		12:00 Masako スタイリッシュ			12:00 Naoko スタンダード		12:00 Hisae 骨盤調整1		
13:00			13:30 Takami メディテーション							
14:00	14:00~16:00 オーディション対策 Hisae	14:30 Takami スタイリッシュ	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	14:30 Rie スタイリッシュ			
15:00										15:45 Rie スタンダード
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	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						
19:00										
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						
	15	16	17	18	19	20	21			
9:00				8:45 Hisae 朝ヨガ						
10:00	10:30 Yuki スタイリッシュ	10:00~14:00 8月生 Hisae	10:30 Masako スタンダード	10:00~14:00 6月生 Hisae	10:30 Naoko スタイリッシュ	10:30 Hisae スタイリッシュ	10:00~14:00 8月生 Hisae			
11:00										
12:00	12:00 Yuki アロマ		12:00 Masako スタイリッシュ			12:00 Naoko スタンダード		12:00 Hisae 骨盤調整1		
13:00			13:30 Takami メディテーション							
14:00	13:30 Hisae 骨盤調整2	14:30 Takami スタイリッシュ	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	14:30 Rie スタイリッシュ			
15:00	15:00 Hisae メディテーション	16:00 Takami メディテーション					16:00 Marie スタイリッシュ			15:45 Rie スタンダード
16:00										17:00~19:30 マスターコース Hisae
17:00										
18:00		18:30 Hisae 骨盤調整1	18:30 Noriko スタンダード	18:30 Masako スタイリッシュ						
19:00										
20:00		20:00 Hisae アロマ	20:00 Noriko スタイリッシュ	20:00 Masako アロマ						
	22	23	24	25	26	27	28			
9:00				8:45 Hisae 朝ヨガ						
10:00	10:30 Yuki スタイリッシュ	10:30~18:00 APメディカルヨガセミナー Hisae	10:30 Masako スタンダード	10:00~14:00 10月生 Hisae	10:30 Naoko スタイリッシュ	10:30 Hisae スタイリッシュ	11:00~14:00 骨盤調整ヨガ スキルアップセミナー Hisae			
11:00										
12:00	12:00 Yuki アロマ		12:00 Masako スタイリッシュ			12:00 Naoko スタンダード		12:00 Hisae 骨盤調整1		
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 10月生 Hisae	14:30 Rie スタイリッシュ			
15:00							16:00 Marie スタイリッシュ		15:45 Rie スタンダード	
16:00									17:00~19:30 マスターコース Hisae	
17:00										
18:00	18:30 Hisae 骨盤調整2		18:30 Noriko スタンダード	18:30 Masako スタイリッシュ						
19:00										
20:00	20:00 Hisae メディテーション		20:00 Noriko スタイリッシュ	20:00 Masako アロマ						
	29	30								
9:00										
10:00	10:30 Yuki スタイリッシュ	10:00~14:00 8月生 Hisae								
11:00										
12:00	12:00 Yuki アロマ									
13:00										
14:00	13:30 Hisae 骨盤調整2	14:30 Takami スタイリッシュ								
15:00	15:00 Hisae メディテーション	16:00 Takami メディテーション								
16:00										
17:00										
18:00		18:30 Hisae 骨盤調整1								
19:00										
20:00		20:00 Hisae 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あります。

営業時間 10:00~19:00

