



# YMC YogaStudio新宿スケジュール



## SINJUKU3月スケジュール

| 時間     | 月曜日                               | 火曜日                               | 水曜日                                | 木曜日                               | 金曜日                               | 時間                             | 土曜日                                     | 日曜日                              |
|--------|-----------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|---|----------------------------------|
| 10:30~ | <i>Itsumi</i><br>10:30<br>スタイリッシュ | 10月生講義                            | <i>Mariko</i><br>10:30<br>ピラティス    | <i>Hiroko</i><br>10:30<br>APメディカル | <i>Yoshiko</i><br>10:30<br>リラックス  | 11:00~                         | 8月生講義                                   | <i>Itsumi</i><br>11:00<br>骨盤調整 1 |
| 12:00~ | <i>Itsumi</i><br>12:00<br>APメディカル |                                   | <i>Mitsumi</i><br>12:00<br>スタイリッシュ | <i>Hiroko</i><br>12:00<br>スタンダード  | <i>Yoshiko</i><br>12:00<br>骨盤調整 2 |                                |   | 12:30~                           |
| 15:00~ |                                   | <i>Asami</i><br>15:00<br>骨盤調整 2   | 12月生講義                             | 10月生講義                            | 12月生講義                            | 15:00~                         | <i>Chie</i><br>15:00<br>スタイリッシュ<br>ビギナー | 10月生講義                           |
| 18:30~ | <i>Nori</i><br>18:30<br>リラックス     | <i>Miyako</i><br>18:30<br>スタイリッシュ | <i>Eri</i><br>18:30<br>APメディカル     | <i>Nori</i><br>18:30<br>スタイリッシュ   | <i>Jun</i><br>18:30<br>スタンダード     | <i>Chie</i><br>16:30<br>骨盤調整EX |   |                                  |
| 20:00~ | <i>Nori</i><br>20:00<br>スタイリッシュ   | <i>Miyako</i><br>20:00<br>スタンダード  | <i>Eri</i><br>20:00<br>リラックス       | <i>Nori</i><br>20:00<br>骨盤調整 1    | <i>Jun</i><br>20:00<br>スタイリッシュ    |                                |   |                                  |

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  
Shinjuku

TEL 03-5909-1880

FAX 03-3345-3801

<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。

・レッスン内容に変更になる場合も  
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。

・祝日はレッスン時間が変更となり  
ます。各校にお問い合わせください。

(祝日営業時間：10時~18時)