

YMC YogaStudio新宿スケジュール

shinjuku 1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
10:00		10月生講義				11:00	8・12月生講義	
	Itsumi 10:30～ リラククス		Mariko 10:30～ ピラティス	Hiroko 10:30～ スタイリッシュ	Yoshiko 10:30～ 骨盤調整2			Itsumi 11:00～ APメディカル
12:00	Itsumi 12:00～ スタイリッシュ		Mitsumi 12:00～ APメディカル	Hiroko 12:00～ APメディカル	Yoshiko 12:00～ スタンダード	12:30		Itsumi 12:30～ スタンダード
15:00	Asami 15:00～ スタイリッシュ		8・12月生講義	10月生講義	ヨガプロコース 12月生講義		Chie 15:00～ 骨盤調整EX	10月生講義
18:00						Chie 16:30～ スタンダード2		
20:00	Nori 18:30～ スタイリッシュ	Mitsumi 18:30～ KICK&ヨガ	Eri 18:30～ スタンダード	Nori 18:30～ 骨盤調整1	Jun 18:30～ スタイリッシュ			
	Nori 20:00～ リラククスヨガ	Mitsumi 20:00～ スタイリッシュ	Eri 20:00～ APメディカル	Nori 20:00～ スタイリッシュ	Jun 20:00～ リラククス			

営業時間 10:00～21:30

新宿校

〒160-0023 東京都新宿区西新宿1-3-17
新宿第一アオイビル10F



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 03-5909-1488

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有り。

・1月12日(月)は**祝日営業**となります

11:00～骨盤調整EX Chie

12:00～スタンダード2Chie

15:00～スタイリッシュNori

16:30～リラククスNori

(営業時間:10時～18時)

