

# YMC YogaStudio横浜スケジュール

## YOKOHAMA 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
10:30~	Izumi 10:30 リラックス	Izu 10:30 スタンダード	Nori 10:30 スタイリッシュ	8・12月生講義	Izumi 10:30 骨盤調整2	11:00~	8・12月生講義	Hiroko 11:00 スタイリッシュビギナー
12:00~	Izumi 12:00 骨盤調整1	Izu 12:00 スタイリッシュ	Nori 12:00 デトックス		Izumi 12:00 リラックス			12:30~
16:00~					10月生講義 プロコース	16:15~	Rikako 14:45 スタイリッシュ	10月生講義
18:00~			Natsu 18:00 ピラティス				Rikako 16:15 リラックス	
18:30~	Yuri 18:30 スタイリッシュ	Madoka 18:30 スタンダード		Yoshiko 18:30 骨盤調整ヨガ2	Akane 18:30 スタンダード			
20:00~	Yuri 20:00 スタンダード	Madoka 20:00 スタイリッシュ		Yoshiko 20:00 スタンダード	Akane 20:00 骨盤調整2			

営業時間 10:00~21:30



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 Yokohama

TEL 045-313-6650

FAX 045-313-6697

<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。
- ・1月12日(月)祝日営業となります。

11:00~リラックス Izumi  
12:00~骨盤調整 I Izumi  
15:00~スタイリッシュYuri  
16:30~スタンダードYuri

(営業時間：10時~18時)