

GWスケジュール

	4/30(月)	5/1(火)	5/2(水)	5/3(木)	5/4(金)	5/5(土)
	Kana	Saya	Yumi	Kaori	Emi	Rei
9:30 10:30	meditation 優しい瞑想	アシュタンガヨガ (H-7プライマリまで)	アナトミック 骨盤ヨガ	リフレッシュ ストレッチヨガ ～I礼キ-チャージ～	美体幹ヨガ & ピラティス	vinyasa flow
10:45 12:00	アシュタンガヨガ	ヨガBasic	エアリアルヨガ	身体メンテナンスヨガ ～肩こり解消 気分スッキリ～	エアリアルヨガ Basic	universal style エアリアル