



マイシャインスタジオ タイムスケジュール

☆ 2020年 9月 ☆

月	火	水	木	金	土	日	
休 館 日						9/6・20	
	10:00~11:00  骨盤スリムヨガ 吉川★	10:00~11:00  リセットヨガ 眞谷★	10:00~11:00  しなやかヨガ MEGU★	10:00~11:00  コアティス&ヨガ 中村★★★	10:00~11:00  コアアツクヨガ 中村★★★	10:00~11:00  かんたんヨガ ベジュン★	
						11:30~12:30  コアヨガ ベジュン★	
	11:30~12:30  コアティス 中村★★★	11:30~12:30 ★ しなやかヨガ MEGU★★	11:30~12:30 ★ ヒーリングヨガ Shiho★★	11:30~12:30  骨盤スリムヨガ 吉川★	11:30~12:30  リセットヨガ 眞谷★		
						9/13	
	13:00~14:00 ★ しなやかヨガ MEGU★★	13:00~14:00  ストレスフリーヨガ MEGU★	13:00~14:00  リラックスヨガ Shiho★	13:00~14:00 ★ ビューティーヨガ 岡野★★	13:00~14:00 ★ スタイルアツクヨガ 脇本★★	10:00~11:00  ビギナーピラティス MASUMI★	
						11:30~12:30  かんたんヨガ MASUMI★	
	マイシャイン会員のジム利用可能時間は予約日の 9:30~15:00 までとなります ※必ず 15時00分までにご退館ください						9/27
	18:30~19:30 ★ フローヨガ ベジュン★★	18:30~19:30  かんたんヨガ 岡野★	18:30~19:30  整美ヨガ MASUMI★	18:30~19:30  リラックスヨガ 梶井★		10:00~11:00  ビギナーピラティス 塩谷★	
	20:00~21:00 ★ ホットピラティス 塩谷★★	20:00~21:00 ★ 美脚ヨガ ベジュン★★	20:00~21:00  ポテイメイクヨガ 中村★★★	20:00~21:00  調整ヨガ 眞谷★		11:30~12:30 ★ ホットピラティス 塩谷★★	
マイシャイン会員のジム利用可能時間は予約日の 18:00~22:00 までとなります ※必ず 22時までにご退館ください							

 . . . 初級クラス

★ . . . 中級クラス

 . . . 上級クラス

「お願い」レッスン開始10分以降の入室はご遠慮ください

