



YOGA STUDIO  
la-smile

# 2018.11 Schedule

月	火	水	木	金	土	日	
			1	2	3	4	
<b>11月ニコニコキャンペーン</b> ①2回体験チケット2,500円→この価格で体験2回! ②1ヶ月フリー券25%OFF-9,720円(通常12,960円) ③体験後入会時6回券以上購入で入会金0円!?!				10:00-11:10 ゆったりパワーヨガ	09:30-10:30 たまごヨガ		
			13:30-14:40 美脚美尻骨盤ヨガ レベル1				
			19:30-20:40 パワーヨガ				
5	6	7	8	9	10	11	
	08:20-09:30 朝のアシュタンガヨガ	10:00-11:10 美脚美尻骨盤ヨガ レベル1	10:00-11:10 ゆったりパワーヨガ	10:00-11:10 月経血フローヨガ	09:30-10:30 たまごヨガ	09:00-10:00 美脚美尻骨盤ヨガ レベル1	
19:30-20:30 美脚美尻骨盤ヨガ レベル1		19:30-20:40 アシュタンガ1,2					
12	13	14	15	16	17	18	
	08:20-09:30 朝のアシュタンガヨガ	10:00-11:10 月経血ヨガ	10:00-11:10 美脚美尻骨盤ヨガ レベル1	10:00-11:10 ゆったりパワーヨガ	09:30-10:30 たまごヨガ	08:00-09:10 アシュタンガヨガ ハーフレッド	
19:30-20:30 美脚美尻骨盤ヨガ レベル1	19:30-20:40 キレイになるヨガ	19:30-20:40 アシュタンガ1,2	19:30-20:40 ボディメイクヨガ				
19	20	21	22	23	24	25	
	08:20-09:30 朝のアシュタンガヨガ	10:00-11:10 月経血フローヨガ	10:00-11:10 美脚美尻骨盤ヨガ レベル1	10:00 勤労感謝の日 特別クラス 満月の日の月礼拝	7:00-9:30 アシュタンガヨガ マイソールクラス 8:00-9:30 初心者マイソール 10:00-11:10 美脚美尻骨盤ヨガ レベル2		
19:30-20:30 美脚美尻骨盤ヨガ レベル1		19:30-20:40 アシュタンガ1,2	19:30-20:40 パワーヨガ				
26	27	28	29	30			
	08:20-09:30 朝のアシュタンガヨガ	10:00-11:10 月経血ヨガ	10:00-11:10 美脚美尻骨盤ヨガ レベル1	10:00-11:10 ゆったりパワーヨガ			
19:30-20:30 美脚美尻骨盤ヨガ レベル1	19:30-20:40 キレイになるヨガ	19:30-20:40 アシュタンガ1,2	19:30-20:40 パワーヨガ				
完全予約制の少人数クラスです。お電話またはメールでご予約をお願いします。							
担当 : Yoji, Yuki 担当 : Mariko 担当 : Yuko 担当 : Mari 担当 : Keiko 担当 : Azzy 担当 : Chika		Tel : 080-1888-7597 Mail : sapporoicy@yahoo.co.jp 〒939-8081 富山市堀川小泉町1丁目7-5フタバビル2階  <a href="http://la-smile.jp">http://la-smile.jp</a>					
		 <b>Facebook</b> 始めました★ “いいね!”お待ちしています♪					