

STUDIO ORIGIN 2019年 8月

※お盆休業日 8/15木・16金・17土 の3日間

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
10:00					7:45~8:30 朝YOGA 1pt Mai 23日休講	9:30~10:40 YOGA TAKUYA 1pt (10日心身改善ヨガ Chie)	-4日 11:00~12:00 ハンモックBasicLV1 (FUN1) 2pt Miho
11:00	10:30~11:30 ハンモックBasicLV1 (FUN1) Mie 2pt ※12日のみ開講	11:00~12:15 ハンモックBasicLV1 (OPEN75) Mie 2pt	10:45~12:00 ハンモックBasicLV1 (FUN+リストラティブ) Koyama 2pt	10:30~11:30 ハンモックリラックス LV1 (リストラティブ) Koyama 2pt	10:30~11:30 ハンモックハレエ LV3 (エアバー) Matsuko 2pt 上級	11:00~12:00 ホクシングエクササイズ 尻ミッターFujio 1pt	12:30~13:40 ヨガフロー70 Chie 1pt
12:00	12:00~13:00 ゆったりヨガ Mie 1pt 19日Koyama			12:00~13:00 YOGA 1pt TAKUYA 29日Mai	12:00~13:00 コアトレYOGA Koyama 1pt		14:00~15:00 ハンモックMIX LV2 中級 Koyama(OPEN) 2pt
13:00		12:45~13:45 YOGA60 Mie 1pt	12:30~13:15 ※ベリーフィットネス サニア 1pt			12:30~13:30 ハンモック MIX LV2 Koyama 2pt 中級	-11日 10:00~11:00 ハンモックBasicLV1 (FUN1) 2pt Mie
14:00	13:30~14:30 ハンモックMIX LV2 (OPEN) Mie 2pt 中級 19日Koyama エアリアルヨガLV2		13:45~14:45 ハンモックピラティス・ヨガ LV3 Koyama 2pt 上級	13:30~14:30 ハンモックヨガ LV2 (エアリアル) Koyama 2pt 中級	13:30~14:30 ハンモックBasicLV1 (FUN1) Koyama 2pt	14:00~15:00 ハンモックBasicLV1 (FUN1) Koyama 2pt	11:30~12:30 YOGA 1pt Mie
15:00				15:00~16:00 ホクシングエクササイズ 尻ミッターFujio 1pt		3日Mie	13:00~14:00 ハンモックハレエ LV2 中級 Matsuko (エアバー) 2pt
18:00						3日Mie	-18日 11:00~12:00 ハンモックBasicLV1 (FUN1) 2pt Miho
19:00	18:30~19:15 ホールYOGA 1pt Koyama (12日休講)	19:00~20:00 ハンモックピラティス・ヨガ LV3 Koyama 2pt 上級	19:00~20:00 YOGA 1pt Mai 28日休講	19:00~20:00 ホクシングエクササイズ 1pt 尻ミッターFujio 29日休講	18:30~19:30 コアトレYOGA Koyama 1pt	18:00~19:00 ハンモック リラックスLV1 (FUN1) 2pt Koyama (リストラティブ) 3日休講	12:30~13:40 ヨガフロー70 1pt Chie
20:00	19:30~20:30 ハンモックBasicLV1 (FUN+リストラティブ) Koyama 2pt (12日休講)		20:15~21:15 ハンモックMIX LV2 Mie 中級 2pt (7・21日開講)	20:15~21:15 YOGA 1pt TAKUYA 29日休講	19:45~20:30 ハンモックBasicLV1 (FUN) 45 Koyama 2pt	19:30~20:30 YOGA TAKUYA 1pt	14:00~15:00 ハンモックMIX LV2 中級 Koyama(OPEN) 2pt 16:00~モヒハン 1pt 16:30~ZUMBA 1pt 馬場
21:00							-25日 10:00~11:00 ハンモックBasicLV1 (FUN1) 2pt Mie
							11:30~12:40 心身改善ヨガ 1pt Chie
							13:00~14:00 ハンモックハレエ LV2 中級 Matsuko (エアバー) 2pt

※ハンモックは体験~3回目まではLV1をご受講ください。
※上級者向けLV3は中級者向けLV2の受講が数回ある方対象

※ベリーフィットネス=ベリーダンスの動きを活かしたフィットネスプログラム

