1月　2017年もどうぞよろしくお願い致します。(*^▽^*) タイムスケジュール “みんなのスタジオ” ヨガスタジオミント

●ミントは予約制ですので新規の方は前日までにホームページ・または各講師のメールよりご予約ください●　※恐れ入りますがお電話では受付けしておりません

ホームページ http://yogini-mint.com/　Gメール yoga.studiomint@gmail.com　旭川市豊岡7条11丁目1番8号（LAWSON隣）

	月	火	水	木	金	土	日
朝	10～11:30 ベビーマッサージ Rumi ◎2ヶ月からの ベビー＆ママ、プレママ 23日キッズ2・9日休み	10:30～11:45 ★ ママフラ♪クラス Harumi お子様連れで気兼ねなく 楽しめる初心者クラスです 3・24日休み	体験レッスン★は 500円です	9:30～10:30 ★ やさしいヨガ ママヨガChisako ●お子様連れOK 19日休み	●新講座10～11:15 やさしいヨガ ★ Tomoko ◎3回クラス 《Basicクラスです》 20日休み	8～9:30 ★ パワーヨガ Chisako ◎朝のヨガで1日をすっきり元気に過ごせます	＜お休み＞
昼	ママヨガ 振替 Rumi	13～14:30 3日休み フラ 中上級クラス Harumi ※経験者 《楽しみながら汗をかき美しさに磨きをかけられます》		11～12:15 19日休み やさしいヨガ Chisako ◎3回クラス 《 Basicクラスです》		13:15～14:30 ★ やさしいヨガ Chisako ◎3回クラス《Basicクラスです》7日休み	
夜	19:30～21 2日休み ゆっくり＆骨盤ヨガ ★ Sクラス Chisako 《女性のための セルフメンテナンスヨガ レベル2のクラスです》	19:30～21 3・10日休 ゆっくり＆骨盤ヨガ ★ Chisako 《女性のためのセルフメンテナンスヨガ》 ◎3回クラス	《ハワイの雰囲気で癒されながら楽しくシェイプアップ!基本をゆっくり丁寧に指導いたします》 ↓ → 20～21 4日休み フラ入門クラス ★ Harumi 《楽しみながら汗をかきご自分の美しさに磨きをかけられます》 タヒチアンでうっとりするような美しいボディラインを‼→	18:20～19:20 ★ フラ入門クラス Harumi 19:30～20:30 ★ フラ中級クラス Harumi 20:45～21:45 ★ タヒチアン Harumi	19:30～21 ゆっくり＆骨盤ヨガ ★ Chisako 《日頃頑張ってしまう女性のためのセルフメンテナンスヨガ》	開講中 13:15～18:30 《スタジオミントヨガ講師養成講座Basic》 Chisako 新19:30～20:45 やさしいヨガ ★ Tomoko 《Basicクラスです》 ◎3回クラス 21日休み	