

# 7月 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18時までにホームページからご予約ください●

※恐れ入りますがお電話では受付しておりません※



ホームページ <http://yogini-mint.com/> メール [yoga.studiomint@gmail.com](mailto: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	<b>10~11:30</b> <b>ベビーマッサージ</b> Rumi ◎2ヶ月からのベビー & ママ、プレママ 17日(祝)休み	<b>10:00~11:15</b> <b>ベリーダンス</b> 全10回 15000円 ノウ絵美 定員10名	8月より 8~9:15 <b>朝ヨガ ★</b> Chisako ※要予約	<b>9:30~11</b> <b>やさしいヨガ ★</b> Chisako 《Basicクラスです》 ◎3回クラス 6・27日休み	体験レッスン(500円)は ★印のある講座です 予告<新講座> くびれステップ Chisako ※ヨガとダンスの融合です	<b>8~9:30 ★</b> <b>パワーヨガ</b> Chisako ◎朝のヨガで1日をすっ きり元気に過ごせます 1日休み	8月より 9~10:15 <b>朝ヨガ ★</b> 30日は体験会 500yen
昼	スタジオレンタル 平日昼のみ ダンス可	スタジオレンタル	スタジオレンタル	スタジオレンタル	スタジオレンタル	<b>13:15~14:45★</b> <b>やさしいヨガ</b> Chisako 《Basicクラスです》 ◎3回クラス 1・29日休み * Chisakoクラスのお知らせ * 振替の受付は前日18時迄 再振替は出来ません。 メール対応時間: 平日9~18時まで。 (日曜日・夜間休み)	
夜	<b>19:30~21★</b> <b>ゆっくり&amp;骨盤ヨガ</b> Chisako 《日頃頑張ってしまう 女性のためのセルフメンテ ナスヨガ》 17日(祝)休み	<b>19:30~21</b> <b>ゆっくり&amp;骨盤ヨガ</b> <b>Sクラス</b> Chisako 《日頃頑張ってしまう 女性のためのセルフメンテ ナスヨガ》 ※体験はありません。	19:00~20:15 <b>ベリーダンス</b> ノウ絵美 全10回	<b>19:30~21★</b> <b>ゆっくり&amp;骨盤ヨガ</b> Chisako 《日頃頑張ってしまう 女性のためのセルフメンテ ナスヨガ》◎月3回クラス 6日休み	<b>19:30~21★</b> <b>ゆっくり&amp;骨盤ヨガ</b> Chisako 《日頃頑張ってしまう 女性のためのセルフメンテ ナスヨガ》 休講	<b>19:30~20:45</b> <b>やさしいヨガ ★</b> Tomoko 《Basicクラスです》 ◎3回クラス 1・15日休み	

※体験レッスン★は 500円です ※メール受付と対応時間 平日9~18時(日曜・夜間をご遠慮ください。)