

1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 2019年も(´・v・`)ノロシクお願いいたします！

●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 旭川市豊岡7条11丁目1番8号(LAWSON隣)1F

	月	火	水	木	金	土	日
朝		体験レッスン (500円) は ★印のある講座です		3・17日休み 9:30～11 やさしいヨガ ★ Chisako 《Basicクラスです》	体験レッスン (500円) は ★印のある講座です	5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	※12月26日～ 1月6日までお正月休 みです。 ○スタジオミントFBペー ジに“いいね”を お願いします♡
昼	スタジオレンタル	スタジオレンタル	<新>2・3・4週13～ 14:15フラ初めのいっぽ ★ Etsuko(レイアロハスタ ジオ)《基本のステップとハンド モーションから始めるビギ ナークラスです》	スタジオレンタル	スタジオレンタル	5日休み 15～16:30 ★ やさしいヨガ Chisako 《Basicクラスです》	* Chisakoクラスのお知らせ ◎全クラス3回クラスです。 ◎振替の受付は前日18時迄 (月曜は当日午前中に。) ◎再振替は出来ませんので 確実に受けられる日の前日 にご連絡ください。 ◎メール対応時間: 平日9～18時 (日曜日・夜間休み)
						<新>2・4週 17～18:15 ★ はじめてのフらいきいきク ラス Ado(レイアロハスタジ オ)《基本のステップとハンド モーションから始めるビギ ナークラスです》	
夜	14日休み 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》		2・23日休み 18:30～19:45 ★ フロー&くびれステップ ☆ヨガとダンスの融合です 20～21:15 ★ やさしいヨガ Chisako 《Basicクラスで す》	3・17日休み 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》	4日休み 19:30～20:45 ★ やさしいヨガ Tomoko 《Basicクラスです》	スタジオレンタル	

※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。)