

# 10月 タイムスケジュール スタジオミント



体験レッスン随時受付中！

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)1F右

	月	火	水	木	金	土	
朝	レンタルスタジオ (定期使用の方)	受付中！ 9:30～14:30 ●タマリンド タイマッサージュスクール 〈タイマッサージュ講座〉 講師：Chisako		10～11:30 ★ やさしいヨガ Chisako 《女性のための Basicヨガ》	レンタルスタジオ (定期使用の方)	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	受付中！ 9:30～14:30 ●タマリンド タイマッサージュスクール 〈タイマッサージュ講座〉 講師：Chisako
昼			1・2・3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ピギ ナークラスです》		●タマリンド タイマッサージュスクール	14:50～16:20 ★ やさしいヨガ Chisako 《女性のための Basicヨガ》	
						月2回 17～18:15 ★ はじめてのフらいいき クラス Ala Mineta 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ピギ ナークラスです》	
夜	ゆっくり&骨盤ヨガ 19:30～21 ★ Chisako 《日頃疲れている身体へ のご褒美。疲労回復& 癒しのヨガ復活！》 ●初心者からOK！		19～20 ★ 心も体も元気にするヨ ガ Fumika 《初心者向けクラスで す》	19:30～21 ★ やさしいヨガ Chisako 《女性のための Basicヨガ》			

※体験レッスン★は 500円です ※メールご連絡の方へ：対応時間 月曜～土曜9～18時(日曜・夜間はご遠慮ください。)