



# 7月うみスタジオ 34 スケジュール

お問合せ★申込ショートメール 080-5287-1173 LINE ID : umi34kamome 申込メール : umi34@ezweb.ne.jp

月	火	水	木	金	土	日	
7/30 10:30~ スローフローヨガ YOKO 12:00~TRX&ピラティス 睦山与里子 定員8名 19:20~ブレイクダンス AYUMU	7/31 11:00~ アロマヨガ MIE	★印がついてるクラスはお子様も一緒に参加可能です。 大人1人に対してお子様1名無料です。 2人目からは500円かかります。お子様のみでの参加は出来ません。 小学生以上のお子様は通常料金がかかります。 ※★印以外は大人のみでの参加になります。 ※7月30日、31日は左上にあります。					1 11:00~ ボディメンテナンス 加藤 14:00~ Kpop ダンス MANA
2 10:30~ スローフローヨガ YOKO	3 10:30~ アロマヨガ MIE	4 ★10:30~ ボールヨガ HIKARU	5 10:30~ ヨガ KANA 14:00~ ビーチヨガ HIKARU 20:00~ タヒチアンダンス 平井	6 10:30~ピラティス 睦山与里子 14:00~体幹トレーニング 睦山与里子 定員4名	7 6:30~モーニングヨガ MISATO 9:00~モーニングビーチヨガ KIE 10:30~ コアパワーヨガ&ピラティス 睦山与里子 16:30~フラダンス FUKUCHI 先生	8 11:00~ ボディメンテナンス 加藤 15:00~ スタイルアップピラティス MISAKI	
9 10:30~ スローフローヨガ YOKO 19:20~ブレイクダンス AYUMU	10 10:30~ アロマヨガ MIE	11 ★10:30~ ボールヨガ HIKARU	12 10:30~ ヨガ KANA 14:00~ ビーチヨガ HIKARU 20:00~ タヒチアンダンス 平井	13 10:30~ コアパワーヨガ&ピラティス 睦山与里子 18:30~ Kpop ダンス MANA	14 6:30~ モーニングヨガ MISATO	15 11:00~ ボディメンテナンス 加藤 15:00~ 肩こり改善ピラティス MISAKI	
16 10:30~ スローフローヨガ YOKO	17 10:30~ アロマヨガ MIE	18 ★10:30~ ボールヨガ HIKARU	19 14:00~ ビーチヨガ HIKARU 20:00~ タヒチアンダンス 平井	20 10:30~ピラティス 睦山与里子 18:30~ Kpop ダンス MANA	21 6:30~モーニングヨガ MISATO 11:00~体幹トレーニング 睦山与里子 定員4名 16:30~フラダンス FUKUCHI 先生	22 11:00~ ボディメンテナンス 加藤 15:00~ ダイエットピラティス MISAKI	
23 10:30~ スローフローヨガ YOKO 12:00~TRX&ピラティス 睦山与里子 定員8名 19:20~ブレイクダンス AYUMU	24 10:30~ アロマヨガ MIE	25	26 10:30~ ヨガ KANA 14:00~ ビーチヨガ HIKARU 20:00~ タヒチアンダンス 平井	27 10:30~ コアパワーヨガ&ピラティス 睦山与里子 18:30~ Kpop ダンス MANA	28 6:30~モーニングヨガ MISATO 9:00~モーニングビーチヨガ KIE 10:30~ピラティス 睦山与里子 ★14:00~ボールヨガ HIKARU	29 11:00~ ボディメンテナンス 加藤	