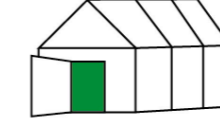


# 4月 プログラムスケジュール



junglesity

	月	火	水	木	金	土	日
	1	2		4	5	6	7
STUDIO	リフレッシュヨガ 動く瞑想odakayoga® 9:00 10:15 Yoko 10:45 12:00 Peiching	ストレッチ&ヨガ スローフロー 9:00 10:15 Chizuru 10:45 12:00 Chizuru		サステナブルヨガ 月のフローヨガ 9:00 10:15 MICHI 10:45 12:00 澤畑ちくさ	リラックスヨガ ピラティスベーシック 9:00 10:15 Waka 10:45 11:45 Misato	陰陽ヨガ リラックスヨガ&ブラーナヤマ 9:00 10:15 Asako 10:30 11:45 Asako	ヒーリングフロー リラックス&リストラティブ 8:00 9:15 アヤ 9:30 10:45 Maya
OUTDOOR		スロージョギング 10:45 11:45 大西					
	8	9		11	12	13	14
STUDIO	リフレッシュヨガ 骨盤調整ヨガ 9:00 10:15 Yoko 10:45 12:00 Ai	ブラーナヤマ&メディテーション ヴィンヤサフロー 9:00 10:15 Uma 10:45 12:00 Uma		サステナブルヨガ ハタヨガベーシック 9:00 10:15 MICHI 10:45 12:00 澤畑ちくさ	リラックスヨガ ピラティスベーシック 9:00 10:15 Waka 10:45 11:45 Misato	陰陽ヨガ ヴィンヤサフロー&メディテーション 9:00 10:15 Asako 10:30 11:45 Akiko	ハートオブヨガ(呼吸を深めるヨガ) ハタヨガベーシック 8:00 9:15 優子 9:30 10:45 Maya
OUTDOOR							
	15	16		18	19	20	21
STUDIO	リフレッシュヨガ 動く瞑想odakayoga® 9:00 10:15 Yoko 10:45 12:00 Peiching	ストレッチ&ヨガ スローフロー 9:00 10:15 Chizuru 10:45 12:00 Chizuru		サステナブルヨガ 月のフローヨガ 9:00 10:15 MICHI 10:45 12:00 澤畑ちくさ	リラックスヨガ ピラティスベーシック 9:00 10:15 Waka 10:45 11:45 Misato	陰陽ヨガ リラックスヨガ&ブラーナヤマ 9:00 10:15 Asako 10:30 11:45 Asako	ヒーリングフロー リラックス&リストラティブ 8:00 9:15 アヤ 9:30 10:45 Maya
OUTDOOR							
	22	23		25	26	27	28
STUDIO	リフレッシュヨガ 骨盤調整ヨガ 9:00 10:15 Yoko 10:45 12:00 代行 Akiko	ブラーナヤマ&メディテーション ヴィンヤサフロー 9:00 10:15 Uma 10:45 12:00 Uma		サステナブルヨガ ハタヨガベーシック 9:00 10:15 MICHI 10:45 12:00 澤畑ちくさ	リラックスヨガ ピラティスベーシック 9:00 10:15 Waka 10:45 11:45 Misato	陰陽ヨガ ★指ヨガ&リフレクソロジー 9:00 10:15 Asako 10:30 11:45 Akiko	ハートオブヨガ(呼吸を深めるヨガ) ハタヨガベーシック 8:00 9:15 優子 9:30 10:45 代行 MICHI
OUTDOOR		★多摩丘陵里山ウォーキング 8:30 11:30 大西					
	29	30					
STUDIO	★スロージョギング&ストレッチ 9:00 10:15 Yoko 施設の都合により2本目は休講となります。	ストレッチ&ヨガ スローフロー 9:00 10:15 Chizuru 10:45 12:00 Chizuru					
OUTDOOR							

水曜休館日

### 代行・変更情報

22日(月)「骨盤調整ヨガ」 Ai→Akiko 28日(日)「ハタヨガベーシック」 Maya→MICHI

### 日曜(隔週)で「ヒーリングフロー」が始まります!

4月より、日曜隔週で以前もjunglesityでご担当いただいていたアヤさんの「ヒーリングフロー」が始まります!

### イベント&トピックス

23日(火) 08:30-11:30 「多摩丘陵里山ウォーキング」 担当: 大西

27日(土) 10:30-11:45 「指ヨガ&リフレクソロジー」 担当: Akiko

29日(月祝) 09:00-10:15 「スロージョギング&ストレッチ」 担当: Yoko

### 4月からの祝日の営業時間について

4月より平日や土曜が祝日であっても、祝日営業時間は設けず09:00からの営業とさせていただきます。

### 4月29日(月祝)は09:00-10:15のみの開催です。

4月29日(月祝)は施設の都合により09:00-10:15のプログラムのみ開催し、2本目は休講となりますことをご了承ください。

プログラムのご予約はこちら (WEB) から

※ホームページ「スケジュール」からもアクセスできます。



営業時間 月~土 09:00-12:00 日曜 08:00-11:00

※毎週水曜休館

お問合せ・ご連絡 junglesity@beachtown.co.jp