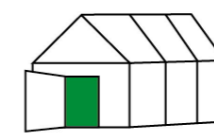


5月 プログラムスケジュール



junglesity

	月	火	水	木	金	土	日
				2	3	4	5
STUDIO				サステナブルヨガ 月のフローヨガ 9:00 10:15 MICHi 10:45 12:00 澤畑ちぐさ	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 リストラティブヨガ 9:00 10:15 代行 Waka 10:30 11:45 代行 Waka	*パートナーヨガ ~ベアワークでより深いリラックスを~ リラックス&リストラティブ 8:00 9:15 アヤ 9:30 10:45 代行 MICHi
OUTDOOR							
	6	7		9	10	11	12
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 ハタヨガベーシック 9:00 10:15 MICHi 10:45 12:00 澤畑ちぐさ	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 代行 Asako	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		スロージョギング 10:45 11:45 大西					
	13	14		16	17	18	19
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 代行 Maya 10:45 12:00 代行 Maya		サステナブルヨガ 月のフローヨガ 9:00 10:15 MICHi 10:45 12:00 澤畑ちぐさ	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 *Hatha for meditation 8:00 9:15 アヤ 9:30 10:45 Maya
OUTDOOR							
	20	21		23	24	25	26
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 ハタヨガベーシック 9:00 10:15 MICHi 10:45 12:00 澤畑ちぐさ	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 9:00 10:00 代行 Akiko 施設の都合により2本目は休講となります。	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 優子
OUTDOOR		スロージョギング 10:45 11:45 大西					
	27	28		30	31		
STUDIO	*スロージョギング&ストレッチ 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 月のフローヨガ 9:00 10:15 MICHi 10:45 12:00 澤畑ちぐさ	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		
OUTDOOR							

水曜休館日

イベント&トピックス

- 5日(日)「パートナーヨガ」 担当: アヤ
- 19日(日)「Hatha for meditation」 担当: Maya
- 27日(月)「スロージョギング&ストレッチ」 担当: Yoko

5月25日(土)は09:00-10:00のみの開催です。

5月25日(土)は施設の都合により09:00-10:00(60分に短縮)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。

代行・変更情報

- 4日(土)「陰陽ヨガ」 Asako→Waka
- 4日(土)「リラックスヨガ&ブラーナヤマ」 Asako→Waka
- 5日(日)「リラックス&リストラティブ」 Maya→MICHi
- 11日(土)「ヴィンヤサフロー&メディテーション」 Akiko→Asako
- 14日(火)「ブラーナヤマ&メディテーション」 Uma→Maya
- 14日(火)「ヴィンヤサフロー」 Uma→Maya
- 25日(土)「陰陽ヨガ」 Asako→Akiko
- 26日(日)「ハタヨガベーシック」 Maya→優子

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