

# LIFE IN BIHORO 2018年3月プログラムスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
26	27	28	1	2	3	4
はじめてヨガ 川瀬真理 10:30~11:45	バランスヨガ 石川千尋 10:30~11:45 やさしいハタヨガ 石川千尋 13:00~14:15 ヒーリングヨガ 寺下恵理 19:30~20:45	はじめてのピラティス YURIKO 10:30~11:45 ルーシーダットン 南出可奈子 19:30~20:45	ルーシーダットン 南出可奈子 10:30~11:45 スローフローヨガ 佐々木愛美 13:30~14:45 リラクソヨガ 南出可奈子 19:30~20:45	骨盤調整ヨガ 寺下恵理 13:00~14:15		ハタヨガベーシック 南出可奈子 10:30~11:45
5	6	7	8	9	10	11
はじめてヨガ 川瀬真理 10:30~11:45	バランスヨガ 【代行】寺下恵理 10:30~11:45 やさしいハタヨガ 【代行】寺下恵理 13:00~14:15 ヒーリングヨガ 寺下恵理 19:30~20:45	はじめてのピラティス YURIKO 10:30~11:45 ルーシーダットン 南出可奈子 19:30~20:45	ルーシーダットン 南出可奈子 10:30~11:45 リフレッシュヨガ 佐々木愛美 13:30~14:45 リラクソヨガ 南出可奈子 19:30~20:45	骨盤調整ヨガ 寺下恵理 13:00~14:15		ハタヨガベーシック 南出可奈子 10:30~11:45
12	13	14	15	16	17	18
はじめてヨガ 川瀬真理 10:30~11:45	バランスヨガ 石川千尋 10:30~11:45 やさしいハタヨガ 石川千尋 13:00~14:15 ヒーリングヨガ 寺下恵理 19:30~20:45	はじめてのピラティス YURIKO 10:30~11:45 ルーシーダットン 南出可奈子 19:30~20:45	ルーシーダットン 南出可奈子 10:30~11:45 リフレッシュヨガ 佐々木愛美 13:30~14:45 リラクソヨガ 南出可奈子 19:30~20:45	骨盤調整ヨガ 寺下恵理 13:00~14:15		ハタヨガベーシック 南出可奈子 10:30~11:45
19	20	21	22	23	24	25
はじめてヨガ 川瀬真理 10:30~11:45	バランスヨガ 石川千尋 10:30~11:45 やさしいハタヨガ 石川千尋 13:00~14:15 ヒーリングヨガ 寺下恵理 19:30~20:45	はじめてのピラティス YURIKO 10:30~11:45 ルーシーダットン 南出可奈子 19:30~20:45	ルーシーダットン 南出可奈子 10:30~11:45 リフレッシュヨガ 佐々木愛美 13:30~14:45 リラクソヨガ 南出可奈子 19:30~20:45	骨盤調整ヨガ 寺下恵理 13:00~14:15		ハタヨガベーシック 南出可奈子 10:30~11:45
26	27	28	29	30	31	1
はじめてヨガ 川瀬真理 10:30~11:45	バランスヨガ 石川千尋 10:30~11:45 やさしいハタヨガ 石川千尋 13:00~14:15 ヒーリングヨガ 寺下恵理 19:30~20:45	はじめてのピラティス YURIKO 10:30~11:45 ルーシーダットン 南出可奈子 19:30~20:45	ルーシーダットン 南出可奈子 10:30~11:45 リフレッシュヨガ 佐々木愛美 13:30~14:45 リラクソヨガ 南出可奈子 19:30~20:45	骨盤調整ヨガ 寺下恵理 13:00~14:15		ハタヨガベーシック 南出可奈子 10:30~11:45

## 3月、登録料・初月無料キャンペーン

3月31日までの入会手続きで、登録料、初月会費無料といたします。  
3月～4月でヨガを始めるお客様チャンスです！3月中に入会手続きいただくと、登録料と、月会費の初月分を無料とさせていただきます。なにかと忙しい季節ではありますが、一ヶ月無料ですので、この機会に是非、新しいライフスタイルのスタートを。

プログラムのご予約はWEBから

<https://tarp-pro.jp/user/life-in-bihoro>

※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～日 10:00～22:30

TEL 0152-73-1992 北海道網走郡美幌町瑞治140番地の6