

# LIFE IN BIHORO 2018年4月プログラムスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
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	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 10:30~11:45 リフレッシュヨガ 佐々木愛美 13:30~14:45	骨盤調整ヨガ 寺下恵理 13:00~14:15	ヨガは お休みです 	ハタヨガベーシック 南出可奈子 10:30~11:45
はじめてのピラティス YURIKO 19:30~20:45	ヒーリングヨガ 寺下恵理 19:30~20:45	ルーシーダットン 南出可奈子 19:30~20:45	リラククスヨガ 南出可奈子 19:30~20:45			
2	3	4	5	6	7	8
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	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 10:30~11:45 リフレッシュヨガ 佐々木愛美 13:30~14:45	骨盤調整ヨガ 寺下恵理 13:00~14:15	ヨガは お休みです 	ハタヨガベーシック 南出可奈子 10:30~11:45
はじめてのピラティス YURIKO 19:30~20:45	ヒーリングヨガ 寺下恵理 19:30~20:45	ルーシーダットン 南出可奈子 19:30~20:45	リラククスヨガ 南出可奈子 19:30~20:45			
9	10	11	12	13	14	15
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	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 10:30~11:45 リフレッシュヨガ 佐々木愛美 13:30~14:45	骨盤調整ヨガ 寺下恵理 13:00~14:15	ヨガは お休みです 	ハタヨガベーシック 南出可奈子 10:30~11:45
はじめてのピラティス YURIKO 19:30~20:45	ヒーリングヨガ 寺下恵理 19:30~20:45	ルーシーダットン 南出可奈子 19:30~20:45	リラククスヨガ 南出可奈子 19:30~20:45			
16	17	18	19	20	21	22
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】南出可奈子 13:00~14:15	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 10:30~11:45 リフレッシュヨガ 佐々木愛美 13:30~14:45	骨盤調整ヨガ 寺下恵理 13:00~14:15	ヨガは お休みです 	ハタヨガベーシック 南出可奈子 10:30~11:45 バレトン【会員限定】 寺下恵理 13:30~14:40
はじめてのピラティス YURIKO 19:30~20:45	ヒーリングヨガ 寺下恵理 19:30~20:45	ルーシーダットン 南出可奈子 19:30~20:45	リラククスヨガ 南出可奈子 19:30~20:45			
23	24	25	26	27	28	29
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	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 10:30~11:45 リフレッシュヨガ 佐々木愛美 13:30~14:45	骨盤調整ヨガ 寺下恵理 13:00~14:15	ヨガは お休みです 	ハタヨガベーシック 南出可奈子 10:30~11:45
はじめてのピラティス YURIKO 19:30~20:45	ヒーリングヨガ 寺下恵理 19:30~20:45	ルーシーダットン 南出可奈子 19:30~20:45	リラククスヨガ 南出可奈子 19:30~20:45			
30						
はじめてヨガ 川瀬真理 10:30~11:45						
はじめてのピラティス YURIKO 19:30~20:45						

## ヨガ4回チケット販売開始

仮会員で4980円で一ヶ月4回参加できます。

仮会員登録で仮会員カードと仮会員番号と4回分のチケットが発行されます。月4回の会員様同様にご利用できます。チケットはご本人様のみで30日間有効です。

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