

美幌町観光まちづくり協議会 LIFE IN BIHORO 2021年8月ヨガスケジュール

月	火	水	木	金	土	日	
						1 10:00~11:30 【有料】 SORA YOGA 南出可奈子&YURIKO ストレッチ&ハタヨガ	
2 10:30~11:45 わたなべ・まさ はじめてのヨガ	3 10:00~10:45 Tsugumi [オンライン]きれいになるフローヨガ 13:00~14:15 寺下恵理 カラダ調整ヨガ	4 10:30~11:45 YURIKO はじめてのピラティス	5 10:30~11:45 Kaname ヨガ&リンパドレナージュ	6 10:30~11:45 YURIKO アシュタンガハーフプライマリーレッドクラス	7 10:00~10:45 Mami [オンライン]ストレッチ&ヨガ	8 10:30~11:45 南出可奈子 ハタヨガベーシック	
9 19:30~20:45 IKUMI ダイエットピラティス	10 10:00~10:45 Tsugumi [オンライン]きれいになるフローヨガ 13:00~14:15 寺下恵理 カラダ調整ヨガ 19:30~20:45 おおのかよこ Yin&Yangヨガ	11 10:30~11:45 YURIKO はじめてのピラティス	12 10:30~11:45 佐々木愛美 リフレッシュヨガ	13 10:30~11:45 寺下恵理 ヒーリングヨガ	14 10:00~10:45 Mami [オンライン]ストレッチ&ヨガ	15 11:30~12:15 Natalie [オンライン]ピラティスwithナタリー	
16 10:30~11:45 わたなべ・まさ はじめてのヨガ	17 10:00~10:45 Tsugumi [オンライン]きれいになるフローヨガ 13:00~14:15 寺下恵理 カラダ調整ヨガ	18 10:30~11:45 YURIKO はじめてのピラティス	19 10:30~11:45 Kaname ヨガ&リンパドレナージュ	20 10:30~11:45 YURIKO アシュタンガハーフプライマリーレッドクラス	21 10:00~10:45 Mami [オンライン]ストレッチ&ヨガ	22 10:30~11:45 南出可奈子 ハタヨガベーシック	
23 19:30~20:45 IKUMI ダイエットピラティス	24 10:00~10:45 Tsugumi [オンライン]きれいになるフローヨガ 13:00~14:15 寺下恵理 カラダ調整ヨガ 19:30~20:45 おおのかよこ Yin&Yangヨガ	25 10:30~11:45 YURIKO はじめてのピラティス	26 10:30~11:45 佐々木愛美 ゆるフローヨガ	27 10:30~11:45 寺下恵理 ヒーリングヨガ	28 10:00~10:45 Mami [オンライン]ストレッチ&ヨガ	29 11:30~12:15 Natalie [オンライン]ピラティスwithナタリー	
30 第5週目休講	31 10:00~10:45 Tsugumi [オンライン]きれいになるフローヨガ 第5週目休講	8月のお知らせ ・8月は美幌峠にてSORA YOGAを開催致します。 澄んだ空気、絶景を思う存分堪能しながら贅沢なヨガをお楽しみ下さい！ ・8月オンラインレッスンについて（ オンライン ） 8月より【会員限定・BEACHTOWNオンラインレッスン】となります。 BEACHTOWNのインストラクターによる様々なプログラムが追加になりますので、 この機会にぜひオンラインレッスンも受講してみてください。				【主催・店舗】 美幌町観光まちづくり協議会 LIFE IN BIHORO 北海道網走郡美幌町瑞治140番地の6 【お問い合わせ】 TEL:0152-73-1992 FAX:0152-73-6300 メール: info@lifeinbihoro.com	