

LIFE IN BIHORO 2025年 3月ヨガスケジュール

| LIFE IN BIHORO 2025年 3月ヨガスケジュール | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|---|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
| | | | | | 1 | 2 |
| | | | | | 10:00~10:45 waka [オンライン]身体ケアヨガ | 11:30~12:15 Natalie [オンライン]ピラティスwithナタリー |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 5週目振替休講 | 10:00~10:45 Ai [オンライン]リンパヨガ 13:00~14:15 寺下恵理 カラダ調整ヨガ | 10:30~11:45 YURIKO はじめてのアシュタンガ 19:30~20:45 南出可奈子 ヨガフィット | 10:30~11:45 kaname 中医養生ヨガ® 19:30~20:45 南出可奈子 ハタヨガベーシック | 10:00~10:45 Tsugumi [オンライン]きれいになるフローヨガ 19:30~20:45 広岡 綾 Slow Mellow Flow YOGA | 10:00~10:45 Hiroe [オンライン]コンディショニングヨガ | 11:30~12:15 Natalie [オンライン]ピラティスwithナタリー 10:30~11:45 南出可奈子 ハタヨガベーシック |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 10:30~11:45 わたなべ・まさ ベーシックYOGA 19:30~20:45 飯田かおり マットピラティス | 10:00~10:45 Ai [オンライン]リンパヨガ 13:00~14:15 寺下恵理 カラダ調整ヨガ | 10:30~11:45 YURIKO はじめてのアシュタンガ 19:30~20:45 南出可奈子 ヨガフィット | 10:30~11:45 佐々木愛美 朝のリラックスヨガ 13:30~14:30 南出可奈子 LIFE健康クラブ 19:30~20:45 南出可奈子 ハタヨガベーシック | 10:00~10:45 Tsugumi [オンライン]きれいになるフローヨガ 19:30~20:45 IKUMI アロマ香るダイエットピラティス | 10:00~10:45 waka [オンライン]身体ケアヨガ 10:30~11:45 飯田かおり ゆるゆるヨガ | 11:30~12:15 Natalie [オンライン]ピラティスwithナタリー |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 10:30~11:45 わたなべ・まさ 朝のゆったりヨガ | 10:00~10:45 Ai [オンライン]リンパヨガ 19:30~20:45 寺下恵理 ヒーリングヨガ | 10:30~11:45 YURIKO はじめてのアシュタンガ 19:30~20:45 南出可奈子 ヨガフィット 21:00~21:30 Aki 【オンライン】Bedside Yoga | 10:30~11:45 kaname 自分らしく春を過ごすための陰陽yoga | 10:00~10:45 Tsugumi [オンライン]きれいになるフローヨガ 19:30~20:45 塩田 かよ 夜のゆったりヨガ | 5週目休講 | 11:30~12:15 Natalie [オンライン]ピラティスwithナタリー 10:00~14:00【有料】 お好きな組み合わせ贅沢自分時間 ピーカン企画 滝川朗正 & 南出可奈子 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 10:30~11:45 わたなべ・まさ ベーシックYOGA | 10:00~10:45 Ai [オンライン]リンパヨガ 13:00~14:15 寺下恵理 カラダ調整ヨガ | 10:30~11:45 YURIKO はじめてのアシュタンガ 19:30~20:45 南出可奈子 ヨガフィット | 10:30~11:45 佐々木愛美 ゆるフローヨガ 13:30~14:30 南出可奈子 LIFE健康クラブ 19:30~20:45 南出可奈子 ハタヨガベーシック | 10:00~10:45 Tsugumi [オンライン]きれいになるフローヨガ 19:30~20:45 IKUMI アロマ香るダイエットピラティス | 10:00~10:45 Hiroe [オンライン]コンディショニングヨガ 10:30~11:45 飯田かおり ゆるゆるヨガ | 5週目休講 |
| 31 | 3月お知らせ | | | | | |
| 10:30~11:45【代行】飯田かおり 1週間の始まりのハタヨガ | 日頃よりLIFE IN BIHOROをご利用いただきありがとうございます。 3月祝日特別プログラム 皆様のご参加お待ちしております。 ・20日 自分らしく春を過ごすための陰陽yoga【メンズ会員さま参加対象プログラム】 ・23日 テントサウナ&ヨガ~お好きな組み合わせで贅沢自分時間~ ※メンズ2回会員さま参加対象プログラム | | | | | |

【主催・店舗】
 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



<http://lifeinbihoro.com>

予約サイト