オンラインレッスンスケジュール

2020年9月

※休館日:9/1(火),21(祝月),22(祝火),30(水)

11:00 Maaki Maaki バイール ストレッチ Maaki Maaki Slimming yog	2020	月	火	水	木	金	土	日
10:00 10:30-11:10 できしい	7:00	朝ストレッチ		おはよう 太陽礼拝				
10:00 10:0	8:00							
10:00 10:00 10:00 11:10	9:00							
11:00 12:00 13	10:00						骨盤ビューティ	
13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 17:00 17:00	11:00	経絡ヨガ	エイジレスヨガ ※ 隔週	ストレッチ	ホイールヨガ		ホイール ストレッチ	11:00-11:40 ハタヨガ基礎 Maaki
15:00 16:00 17:00 17:00 17:00 18:00 19/11(金), 9/25(金) 22:00~ まあきの部屋(インスラオフ) Maaki @maaki_omori	12:00		. 1		4.4			
15:00 17:00 17:00 17:00 18:00 18:00 19/11(金), 9/25(金) 22:00~ まあきの部屋 (インスタライフ) Maaki @maaki_omori	13:00							
17:00 17:00 17:00 17:00 18:00 19/11(金), 9/25(金) 22:00~ まあきの部屋(インスタライプ) Maaki @maaki_omori	14:00			6				
17:00 17:00 17:00 18:00 19/11(金), 9/25(金) 22:00~ まあきの部屋(インスタライプ) Maaki @maaki_omori V曜日と日曜日のSlimming yoga、 エイジレスヨガは隔週開催となります。 Slimming yoga : 9/6(日), 8(火), 20(日) エイジレスヨガ:9/13(日)、15(火)、27(日)、29(火) 問い合わせ:online@yoga-maala.com	15:00							
17:00 まあきの部屋(インスタライプ)	16:00			2000				
18:00 In	17:00	Ļ	N	22:00〜 きの部屋(インスタライ) laaki @maaki_omori				
19:00	18:00		エイジ Slimmin エイジレスヨガ	レスヨガは隔週開催となり g yoga:9/6(日)、8(火) i:9/13(日)、15(火)、27	ます。)、20(日) (日)、29(火)			
20:00	19:00			Ormitee yoga-illa				
	20:00							
21:00 22:00 Slimming 美脚マッサージ Night Flow yoga Maaki Akane Maaki Maaki Akane 21:00-22:00 U21:00-21:40 U21:00-	21:00	Slimming ホイールヨガ	美脚マッサージ	Night Flow yoga	頭肩すっきり マッサージ			