2020年1月のスケジュール

Kiraris

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
			1	2	3	4 14:00 ～15:00 美痩せトレ (お正月バージョン) **satomi**
5 10:00 ～11:15 オーダー or プライベート **Miho** 11:45 ～13:00 オーダー or プライベート **Miho** 14:00 ～15:15 オーダー or プライベート **Miho** 16:00 ～17:00 マスター ストレッチ **machiko**	6 13:00 ～14:15 オーダー or プライベート **Miho** 14:45 ～16:00 オーダー or プライベート **Miho** 16:30 ～17:45 オーダー or プライベート **Miho** 19:45 ～21:00 快眠ヨガ **satomi**	7 15:00 ～16:15 アロマ ヒーリングヨガ **Kaori**	8 11:35 ～12:35 シルク サスペンション **Miho** 13:30 ～14:45 オーダー or プライベート **Miho** 15:15 ～16:30 オーダー or プライベート **Miho** 17:00 ～18:15 オーダー or プライベート **Miho** 19:30 ～20:45 オーダー or プライベート **Miho**	9 10:00 ～11:00 シルク サスペンション **Kozue** 12:00 ～13:15 オーダー or プライベート **Miho** 13:45 ～15:00 筋膜リリース **Miho** 15:30 ～16:45 オーダー or プライベート **Miho**	10 10:00 ～11:15 オーダー or プライベート **Miho** 11:45 ～13:00 オーダー or プライベート **Miho** 13:30 ～14:45 オーダー or プライベート **Miho** 15:15 ～16:30 オーダー or プライベート **Miho**	11 10:00 ～11:00 シルク サスペンション **machiko** 11:30 ～12:30 マスター ストレッチ **machiko** 17:45 ～19:00 オーダー or プライベート **Miho** 19:30 ～20:45 オーダー or プライベート **Miho**

2020年1月のスケジュール

Kiraris

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
12 10:00 ～11:15 オーダー or プライベート **Miho** 11:45 ～13:00 オーダー or プライベート **Miho** 14:00 ～15:15 オーダー or プライベート **Miho** 16:00 ～17:00 シルク サスペンション **machiko**	13 10：00 ～11:00 ストレッチーズ ピラティス **machiko** 11:30 ～12:30 マスター ストレッチ **machiko**	14 10:00 ～11:15 ベジヨガ **emi**	15 10:00 ～11:00 ピラティス **maki** 11:20 ～12:20 マスター ストレッチ **maki** 13:30 ～14:45 オーダー or プライベート **Miho** 15:15 ～16:30 オーダー or プライベート **Miho** 17:00 ～18:15 オーダー or プライベート **Miho** 19:30 ～20:45 オーダー or プライベート **Miho**	16 10:00 ～11:00 シルク サスペンション **maki** 12:00 ～13:15 オーダー or プライベート **Miho** 16:30 ～17:45 オーダー or プライベート **Miho**	17 13:15 ～14:15 マスター ストレッチ **Miho** 14:45 ～16:00 ヴィンヤサヨガ **Kaori** 16:30 ～17:45 オーダー or プライベート **Miho** 19:30 ～20:45 ストレッチーズ ピラティス **Miho**	18 10:00 ～11:00 シルク サスペンション **maki** 11:30 ～12:30 マスター ストレッチ **maki** 14:45 ～16:00 オーダー or プライベート **Miho** 16:30 ～17:45 オーダー or プライベート **Miho** 19:45 ～20:45 美痩せトレ **satomi**
19 16:00 ～17:00 マスター ストレッチ **machiko**	20 13:00 ～14:15 オーダー or プライベート **Miho** 14:45 ～16:00 オーダー or プライベート **Miho** 16:30 ～17:45 オーダー or プライベート **Miho** 19:45 ～21:00 快眠ヨガ **satomi**	21 15:00 ～16:15 アロマ ヒーリングヨガ **Kaori**	22 11:35 ～12:35 シルク サスペンション **Miho** 13:30 ～14:45 オーダー or プライベート **Miho** 15:15～16:30 オーダー or プライベート **Miho** 17:00 ～18:15 オーダー or プライベート **Miho** 19:30 ～20:45 オーダー or プライベート **Miho**	23 10:00 ～11:00 シルク サスペンション **Kozue** 12:00 ～13:15 オーダー or プライベート **Miho** 13:45 ～15:00 筋膜リリース **Miho** 15:30 ～16:45 オーダー or プライベート **Miho**	24 10:00 ～11:15 オーダー or プライベート **Miho** 11:45 ～13:00 オーダー or プライベート **Miho** 13:30 ～14:45 オーダー or プライベート **Miho** 15:15 ～16:30 オーダー or プライベート **Miho**	25 10:00 ～11:00 シルク サスペンション **machiko** 11:30 ～12:30 マスター ストレッチ **machiko** 17:45 ～19:00 オーダー or プライベート **Miho** 19:30 ～20:45 オーダー or プライベート **Miho**

2020年1月のスケジュール

Kiraris

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
26	27	28	29	30	31	
10:00 ～11:15 オーダー or プライベート **Miho**	10:00 ～11:00 マスター ストレッチ **maki**	10:00 ～11:15 美顔ヨガ **emi**	11:35 ～12:35 マスター ストレッチ **Miho**	10:00 ～11:00 シルク サスペンション **maki**		
11:45 ～13:00 オーダー or プライベート **Miho**	13:00 ～14:15 オーダー or プライベート **Miho**		13:30 ～14:45 オーダー or プライベート **Miho**	12:00 ～13:15 オーダー or プライベート **Miho**	13:15 ～14:15 マスター ストレッチ **Miho**	
14:00 ～15:15 オーダー or プライベート **Miho**			15:15 ～16:30 オーダー or プライベート **Miho**		14:45 ～16:00 ハンモックヨガ **Kaori**	
16:00 ～17:00 シルク サスペンション **machiko**			17:00 ～18:15 オーダー or プライベート **Miho**	16:30 ～17:45 オーダー or プライベート **Miho**	16:30 ～17:45 オーダー or プライベート **Miho**	
			19:30 ～20:45 オーダー or プライベート **Miho**		19:45 ～21：00 オーダー or プライベート **Miho**	