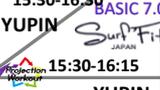


ORANGE LOTUS タイムスケジュール 2024年4月

	月	火	水	木	金	土	日
9:00	 マークはプロジェクションのレッスンです♪ マークはキャンドルヨガのレッスンです♪ は担当または時間変更です♪ マークは新しいレッスンレッスンです♪ 4月よりスタジオスケジュールが多数変わっております！時間変更や期間限定レッスンもございまして、色々なレッスンに参加してみてください★オレンジロータスでお待ちしております！					モーニングフローヨガ 8:45-9:45 YUKO	ほぐしヨガ 8:45-9:45 HIROMI
10:00	NEW! 1ヶ月限定クラス！						
11:00	NEW! 骨盤調整ヨガ 10:15-11:15 YUPIN	スタイルアップヨガ 10:15-11:15 MIKE	陰陽フローヨガ 10:15-11:15 YUKO		やさしいヨガ 10:15-11:15 SAORI	ヒップエクササイズヨガ 10:15-11:15 KEI	ベーシックヨガ 10:15-11:15 TAKAKO
12:00	5月よりSurfFitBASIC! 岩盤 Relax Time 11:45-12:45 予約不要・定員25名	女性のためのヨガ 11:45-12:45 SACHI	 はじめてのヨガ 11:45-12:45 MAYUMI		ベーシックヨガ 11:45-12:45 MAYUMI	NEW! やさしいヨガ 11:45-12:45 TAKAKO	 ムーンサイクルヨガ 11:45-12:45 TOMOMI
13:00							
14:00	NEW! やさしいヨガ 14:00-15:00 NORIKO	 ヨガバレエ 14:00-15:00 MISAKI	スタイルアップヨガ 14:00-15:00 SAORI		岩盤 Relax Time 14:00-15:00 予約不要・定員25名	NEW!  BASIC 7.0 14:00-14:45 MISAKI	岩盤 Relax Time 13:45-15:00 予約不要・定員25名
15:00							
16:00	燃焼ヨガトレーニング 15:30-16:30 KEI	岩盤 Relax Time 15:30-16:30 予約不要・定員25名	心身ゆるめるヨガ 15:30-16:30 TOMO		NEW! 美脚ヨガ 15:30-16:30 MIKE	ビューティーフローヨガ 15:30-16:30 AKEMI	骨盤調整ヨガ 15:30-16:30 YUPIN  BASIC 7.0 15:30-16:15 YUPIN
17:00						7日21日 → 骨盤調整ヨガ 14日28日 → Surf Fit BASIC	
18:00							
19:00	 リラックスヨガ 18:20-19:20 YUPIN	やさしいヨガ 18:20-19:20 NATSUMI	NEW! 1ヶ月限定クラス！ 美姿勢ヨガ 18:20-19:20 NATSUKO		ベーシックヨガ 18:20-19:20 SATOMI		
20:00	美お腹ヨガ 19:40-20:40 HARUKA	NEW! フロー&リラックスヨガ 19:40-20:40 TAKAKO	アクティブフローヨガ 19:40-20:40 MISAKO		 BASIC 7.0 19:40-20:25 MISAKI		
21:00	 癒しのヨガ 21:00-22:00 YUKO	季節をたのしむヨガ 21:00-22:00 HARUKA	  Total Beauty 4.0 21:00-21:45 MISAKO		やさしいヨガ 21:00-22:00 AKEMI		
22:00							
22:30							

クラス名、担当、定員は変更になる場合がございます。



RONDO HOT STUDIO
ORANGE LOTUS

定員：Surt Fit17名 / その他25名