

# 鎌倉岩盤浴 癒癒 2月の岩盤ヨガスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
			1 定休日	2	3	4
5 リラックス (Makiko) 9:30~10:30	6	7	8 リラックス&ストレッチ (Sugita) 9:30~10:30	9	10	11
12 シェイプアップ (Sugita) 9:30~10:30	13	14	15 陰陽 (Aya) 9:30~10:30	16	17	18
19 骨盤 (Yuko) 9:30~10:30	20	21	22 骨盤ストレッチ (Hoshi) 9:30~10:30	23	24	25
26 アロマ (Aya) 9:30~10:30	27	28	29	第3水曜日のようみインストラクターはお休みです。		