

# Nico studio 2020年 10月 スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
  ニコスタジオ Nico Studio			13:00 FUMINA 大人のベリーダンス		14:00 SHIAKI ★~★★ デトックスヨガ	10:00 JUNKO ★ ゆったり朝ヨガ
					17:00 つや ★★★ 夜のハタフロー	12:00 牧篤生 ★★ ボディクリエイト
					19:00 つや ★ リラックスヨガ	
	5	6	7	8	9	10
	10:00 麻優子 ★ からだ調整ピラティス	10:00 SHIAKI ★~★★ デトックスヨガ	10:00 JUNKO ★ ゆったり朝ヨガ		8:30 つや ★ おはようヨガ	10:00 Junko ★~★★ ピラティスストレッチ
				20:00 SHIAKI ★~★★ 夜ヨガ	10:00 つや ★ リラックスヨガ	12:00 牧篤生 ★★ ボディクリエイト
					12:00 つや ★★★ ハタフロー	
12	13	14	15	16	17	18
	10:00 麻優子 ★ からだ調整ピラティス		10:00 JUNKO ★ ゆったり朝ヨガ		8:30 つや ★ おはようヨガ	10:00 JUNKO ★ ゆったり朝ヨガ
			13:00 FUMINA 大人のベリーダンス	13:00 JUNKO★~★★ アロマリラックスヨガ	10:00 つや ★ リラックスヨガ	12:00 牧篤生 ★★ ボディクリエイト
					12:00 つや ★★★ ハタフロー	
					14:00 SHIAKI ★~★★ デトックスヨガ	
19	20	21	22	23	24	25
	10:00 麻優子 ★ からだ調整ピラティス	10:00 SHIAKI ★~★★ デトックスヨガ	10:00 JUNKO ★ ゆったり朝ヨガ		8:30 つや ★ おはようヨガ	10:00 Junko ★~★★ ピラティスストレッチ
				20:00 SHIAKI ★~★★ 夜ヨガ	10:00 つや ★ リラックスヨガ	12:00 牧篤生 ★★ ボディクリエイト
					12:00 つや ★★★ ハタフロー	
26	27	28	29	30	31	
	10:00 麻優子 ★ からだ調整ピラティス		10:00 JUNKO ★ ゆったり朝ヨガ		8:30 つや ★ おはようヨガ	
			13:00 FUMINA 大人のベリーダンス	13:00 JUNKO★~★★ アロマリラックスヨガ	10:00 つや ★ リラックスヨガ	
					12:00 つや ★★★ ハタフロー	
					14:00 SHIAKI ★~★★ デトックスヨガ	
31						

## ●スタジオリニューアル OPEN●

Nico studioはシェアジム・スタジオとして生まれ変わります。

まずはレイアウト変更が完了いたしました。

後日パワーラック導入!!楽しみにお待ちしております。



新たなパワースポットへ