

Nico studio 2020年 11月 スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
  ニコスタジオ Nico Studio						1 10:00 JUNKO ★ ゆったり朝ヨガ 12:00 牧篤生 ★★ ボディクリエイト
	2	3 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 13:00 Fumina 大人のベリーダンス 15:00 Kel フラダンス	6 13:00 JUNKO★~★★ アロマリラックスヨガ 20:00 SHIAKI★~★★ 夜ヨガ	7 8:30 つや ★ おはようヨガ 10:00 つや ★ リラックスヨガ 12:00 つや ★★ ハタフロー
9	10 10:00 麻優子 ★ からだ調整ピラティス	11 10:00 SHIAKI★~★★ デトックスヨガ 15:15 藤代有希 しなやかヨガ	12 10:00 JUNKO ★ ゆったり朝ヨガ 13:00 Fumina 大人のベリーダンス 15:00 Kel フラダンス	13 20:00 SHIAKI★~★★ 夜ヨガ	14 8:30 つや ★ おはようヨガ 10:00 つや ★ リラックスヨガ 12:00 つや ★★ ハタフロー 14:00 SHIAKI★~★★ ディーブストレッチヨガ 17:00 つや ★★ 夜のハタフロー	15 10:00 JUNKO ★ ゆったり朝ヨガ 12:00 牧篤生 ★★ ボディクリエイト
16	17 10:30 MARIE★~★★ MARIE YOGA 20:00 MARIE★~★★ MARIE YOGA	18 10:00 SHIAKI★~★★ デトックスヨガ 15:15 藤代有希 しなやかヨガ	19 13:00 Fumina 大人のベリーダンス 15:00 Kel フラダンス	20 13:00 JUNKO★~★★ アロマリラックスヨガ 20:00 SHIAKI★~★★ 夜ヨガ	21 8:30 つや ★ おはようヨガ 10:00 つや ★ リラックスヨガ 12:00 つや ★★ ハタフロー	22 10:00 JUNKO★~★★ ピラティスストレッチ
23	24 10:00 麻優子 ★ からだ調整ピラティス 11:30 MARIE★~★★ MARIE YOGA 20:00 MARIE★~★★ MARIE YOGA	25 10:00 SHIAKI★~★★ デトックスヨガ 15:15 藤代有希 しなやかヨガ	26 10:00 MARIE★~★★ MARIE YOGA 13:00 Fumina 大人のベリーダンス 15:00 Kel フラダンス	27 20:00 SHIAKI★~★★ 夜ヨガ	28 8:30 つや ★ おはようヨガ 10:00 つや ★ リラックスヨガ 12:00 つや ★★ ハタフロー 14:00 SHIAKI★~★★ ディーブストレッチヨガ	29 10:00 JUNKO ★ ゆったり朝ヨガ 12:00 牧篤生 ★★ ボディクリエイト
30						

●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!!楽しみにお待ちください。



新たなパワースポットへ