Nico studio　2021年　6月　スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
		10:00 SHIAKI★~★★ デトックスヨガ	15:00 Kei フラダンス	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 15:30 SHIAKI★~★★ ディープストレッチヨガ	10:00 JUNKO★~★★ ピラティスストレッチ 12:00 牧篤生 ★★ からだリセット
7	8	9	10	11	12	13
11:00 Fumina 大人のベリーダンス	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	15:00 Kei フラダンス	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 15:30 SHIAKI★~★★ ディープストレッチヨガ	10:00 JUNKO ★ ゆったり朝ヨガ 12:00 牧篤生 ★★ からだリセット
14	15	16	17	18	19	20
	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	15:00 Kei フラダンス	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 15:30 SHIAKI★~★★ ディープストレッチヨガ	10:00 JUNKO★~★★ ピラティスストレッチ 12:00 牧篤生 ★★ からだリセット
21	22	23	24	25	26	27
11:00 Fumina 大人のベリーダンス	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	15:00 Kei フラダンス	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 15:30 SHIAKI★~★★ ディープストレッチヨガ	10:00 JUNKO ★ ゆったり朝ヨガ 12:00 牧篤生 ★★ からだリセット
28	29	30				
11:00 Fumina 大人のベリーダンス	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			ニコスタジオ Nico Studio 	

●シェアジム・スタジオ利用募集中●

Nico studioでは、グループレッスン定期利用はもちろん、
パーソナルトレーニングの単発利用を随時募集しております。
スタジオの見学も行っておりますのでお気軽にお問合せください。

イベントレッスン	ヨガ	ピラティス	カルチャースクール