

# 10

## Cloud Studio by yoga i.um

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT	SUN
Cloud Studio	mama studio	Cloud Studio	mama studio	Cloud Studio	mama studio	Cloud Studio	mama studio	Cloud Studio	mama studio	Cloud Studio	Cloud Studio
<p>※上記は全てクラウドスタジオ及びママスタジオ(オンラインレッスン)のスケジュールです。</p> <p>※妊娠中の方は、 ヨガレ・身体ほぐしなどのレッスンやママスタジオもおすすめです。 ご自身の体調など不安な点がある場合は クラス内で指導者、講師にご相談ください。 (ママスタジオスケジュールは別紙をご確認ください。)</p> <p>※★印のレッスンは指導者が子連れでレッスンをを行う場合がございます。 ご了承ください。</p>											
<p>1</p> <p>9:00 RIE 姿勢改善ヨガレ60</p> <p>10:30 Naomi★ 背中ほぐし30</p> <p>13:30 Tomoe ストレッチヨガ60</p> <p>21:00 Chinatsu 二の腕引き締めトレ30</p> <p>22:30 サワコ 姿勢改善ヨガレ30</p> <p>10:00 カウンセラー兼子 パートナーとより良い関係を 築くために!</p> <p>6:00 ゆりか松★ 目覚めスッキリ朝ヨガ30</p> <p>9:00 Tomoe リラックスヨガ30</p> <p>10:30 YUMI 姿勢改善ヨガレ60</p> <p>20:30 Tomoe 姿勢改善ヨガレ60</p> <p>22:00 Maki 美脚トレーニング30</p> <p>6:00 麻友 目覚めスッキリ朝ヨガ30</p> <p>9:00 ゆりえ★ 姿勢改善ヨガレ30</p> <p>10:30 Tomoe ストレッチヨガ60</p> <p>21:00 YUMI 姿勢改善ヨガレ60</p> <p>22:30 Tomoe 疲労回復夜ヨガ30</p>											
<p>2</p> <p>3</p>											
<p>4</p> <p>5</p> <p>6</p> <p>7</p> <p>8</p> <p>9</p> <p>10</p>											
<p>11</p> <p>12</p> <p>13</p> <p>14</p> <p>15</p> <p>16</p> <p>17</p>											
<p>18</p> <p>19</p> <p>20</p> <p>21</p> <p>22</p> <p>23</p> <p>24</p>											
<p>25</p> <p>26</p> <p>27</p> <p>28</p> <p>29</p> <p>30</p> <p>31</p>											

### Happy Bridal ♡ Campaign

キレイにドレスを着たい！結婚式までに痩せたい！クラウドスタジオは大人ウェディングを応援します♡  
もちろん、既婚の方や予定のない方も  
キレイに好きなファッションをするためにもカラダづくりは大切！  
ぜひ気になるパーツのレッスンは遠くまで参加下さいね！  
パーツレッスンは黄色のレッスンです!!!  
もちろんヨガレ®は参加必須ですよ