

# 12~1月のスケジュール

12/31~1/3冬休み

月	火	水	木	金	土	日
				12/29のみ ・13:00~ ・14:30~ 子連れOK 空中ヨガ		9:30~ 10:40 朝ヨガ
1/8のみ 特別クラス 10:30~ 12:00 シバナナダ ヨガ	10:00~ 11:00★ 子連れヨガ	11:00~ 12:10 ピラティス	12/28休 11:30~ 12:30 空中ヨガ ¥2,800	11:00~ 12:10★ リラックス ヨガ	11:00~ 12:10★ リラックス ヨガ	11:00~ 12:10 骨盤ヨガor シェイプアップヨ ガ★(隔週)
		13:00~ 14:10★ マタニティ ヨガ		13:00~ 14:00 産後ヨガ with BABY	13:00~ 14:10 ピラティス	13:00~ 14:10 ベーシック ヨガ
					14:30~ 15:30 空中ヨガ ¥2,800	14:30~ 15:30 空中ヨガ ¥2,800
1/8休 19:30~ 20:40 リラックス ヨガ	19:30~ 20:30 空中ヨガ ¥2,800	19:30~ 20:40 ベーシック ヨガ	19:30~ 20:40 アロマヨガ	12/29休 19:30~ 20:40 キャンドル ヨガ		

★マークのクラス  
はマタニティの方  
も受けられます！

## 料金

1レッスン

2300円

その他お得な回数券もございます(入会金無料)

## 場所

横浜市港北区篠原北1-1-3-2F(菊名駅西口より徒歩1分)

菊名駅西口に出て突き当たり(みずほ銀行ATM)を左折→JR高架下をくぐり西口商店街に入る(ローソン方面には行かないで!)  
→中華料理屋「おがさや」の隣の不動産屋「センチュリー」の2階

## 連絡先



terrayoga@qm.main.jp



045-517-0062

\*お電話の場合、レッスン中などにより出られない場合がございますので、留守電にメッセージをお願いします



スタジオテラ

