



Maala Channel スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
7:10~7:30 朝ストレッチ Maaki		7:10~7:30 Beautyプラナヤマ Maaki			9:00~9:40 骨盤ビューティ Mami	
	10:30~11:30 Slimming yoga& エイジレスヨガ Maaki		10:30~11:30 Slimming ホィールヨガ Maaki		10:00~10:45 親子キッズヨガ Mami	11:00~11:40 ハタヨガ基礎 Maaki
					11:00~11:45 ホィールストレッチ Maaki	12:00~13:00 Slimming yoga& エイジレスヨガ Maaki
21:00~22:00 Slimming ホィールヨガ Maaki	21:00~21:45 美脚マッサージ Akane	21:00~22:00 Night Flow yoga Maaki	22:00~22:30 Beautyプラナヤマ Maaki		15日 17:00~18:00 薬膳講座 Sakazaki	