


GWスケジュール5/2~5/5

5月スケジュール

北千住スタジオ

【営業時間】平日9:30~22:00 ※木曜定休日
 土日8:15~17:00
 祝日8:15~15:00

<クラス運動量> 小★ 小~中★★ 中★★★ 中~大★★★★ 大★★★★★
 <定員> ■通常ヨガ/ピラティス → 20名 ■エアフローヨガ → 8名 ■WS → 20名

	月	火	水	木	金	土	日
<p>【5月3日】</p> <p>8:35~9:35 エアフロー★TOSY</p> <p>10:00~11:15 ムービングヨガ★★★TOSY</p> <p>11:40~12:55 エアフロー★YUKIE</p> <p>13:20~14:35 ヴィンヤサフロー★YUKIE</p>	1・8・15・22・29日	2・9・16・23・30日	3・10・17・24・31日	4・11・18・25日	5・12・19・26日	6・13・20・27日	7・14・21・28日
			3日はGWスケジュールです	4日はGWスケジュールです	5日はGWスケジュールです		
<p>【5月4日】</p> <p>8:35~9:35 アロマヨガ★MINORI</p> <p>10:00~11:15 エアフロー★NAMIKI</p> <p>11:40~12:55 ピラティス★NAMIKI</p> <p>13:20~14:35 エアフロー★maya</p>	10:00-11:30 ギアゾーンヨガL1&2★★★ Masami	10:00-11:15 2・16・30日 ホイールヨガビギナー★ 9・23日 エアフロー★★ MOCO	10:00-11:15 ビギナーベーシックピラティス★ EMI		10:00-11:00 ピラティス&ストレッチ★ ERIKO	10:05-11:20 6・27日 ハタフローヨガ★★ 13・20日 ビギナーベーシックピラティス★ TOMOMI	10:05-11:20 7日 ビギナーベーシックピラティス★TOMOMI 14日 ベーシックヨガ★ KARI 21日 ムービングヨガ★★★ TOSY 28日 ビギナーベーシックピラティス★TOMOMI
	12:00-13:15 エアフロー★★ KIMI 1日 TOSY	11:45-13:20 2・16日 ギアゾーンヨガLV.3★★★★★ 9・23日 ギアゾーンヨガ LV.1 ★★ SHU	11:45-13:00 10・31日 エアフロー★★★ 17日 エアフロー★★★★★ 20日 ギアゾーンヨガ LV.1 ★★ 24日 エアフロー★★★ MITSUE		11:30-12:45 19日 エアフロー★ 12・26日 エアフロー★★★ SAYOKO	11:50-13:05 6日 アロマヨガ★ MINORI 13日 エアリストタイプ Yin Flow★ 14日 ホイールヨガビギナー★ 27日 エアフロー★ SAYOKO	11:50-13:05 7日 エアフロー★★★ TOSY 14日 ホイールヨガビギナー★ KARI 21日 エアフロー★★★ maya 28日 エアフロー★★★ MINORI
<p>【5月5日】</p> <p>8:35~9:35 ホイールヨガビギナー★MINORI</p> <p>10:00~11:15 エアフロー★★kimi</p> <p>11:40~12:55 ヴィンヤサフロー★★SUMI</p> <p>13:20~15:20 ビギナー向けエアフローWS MINORI</p>		11:45-13:00 エアフロー★★ 30日 SAYAKA	13:30-14:45 10・17日 ギアゾーンヨガLV.1 & 2★★★ 24日 ギアゾーンヨガLV.2 ★★★★★ 31日 ホイールヨガ★★★ MITSUE	休 館 日	13:15-14:30 ベーシックヨガ★ 19日 ホイールヨガビギナー★ SAYOKO	13:35-14:35 [8日→WS] 13日 ホイールヨガ★ TOSY 20日 ヴィンヤサフローヨガ★ TOSY 27日 アロマヨガ★ MINORI	13:35-14:35 7日 りらっくすヨガ★ AYUKO 14日 ヴィンヤサフローヨガ★ SAYAKA 21日 ベーシックヨガ★ maya 28日 りらっくすヨガ★ haruna
<p>【5月6日】</p> <p>反り腰猫背の為のWS 13:30~16:30</p> <p>担当: SAKI先生</p> 	18:30-19:30 ピラティス★★★ Kumiko	18:30-19:45 エアフロー★★★ TOMOKO 30日 MINORI	18:30-19:45 17日 ヴィンヤサフローヨガ★ MIYO 24日 アロマヨガ★ MINORI 10・31日 ビギナーベーシックピラティス★ kumiko		18:30-19:45 エアフロー★★★ YUKIE	15:00-16:15 [8日→WS] 13日 エアフロー★★★ MINORI 20・27日 エアフロー★★★ TOSY	15:00-16:35 7日 ホイールヨガ★★★ 28日 ギアゾーンヨガRYT500限定 SHU 15:00-16:15 14日 エアフロー★★★ 21日 エアフロー★★★ MINORI
	20:10-21:25 エアフロー★★★ 15・29日 エアフロー★★★★ MINORI	20:10-21:25 2日 アロマヨガ★ MINORI 9日 ヴィンヤサフローヨガ★★★ shizu 16日 ホイールヨガビギナー★shizu 23日 りらっくすヨガ★ TOMOKO 30日 ホイールヨガビギナー★MINORI	20:10-21:25 10・31日 エアフロー★★★ CAORI 17・24日 エアリストタイプ Yin Flow★ MINORI		20:10-21:25 ヴィンヤサフローヨガ★ YUKIE	16:45-18:00 13・27日 ムービングヨガ★★★ TOSY	

