

2月スケジュール

オンラインレッスン

営業時間 平日 9:30~21:00 土日祝 8:00~17:00

※運動量小クラス★ 運動量小~中クラス☆☆ 運動量中クラス★★ 運動量大クラス★★★

月 7・14・21・28日	火 1・8・15・22日	水 2・9・16・23日	木 3・10・17・24日	金 4・11・18・25日	土 5・12・19・26日	日 6・13・20・27日
10:00-11:15 21(北)ベーシックヨガ★AMI	10:45-12:00 8日(お)ベーシックヨガ★KAHO	10:00-11:15 9日(北)ピキナーピラティス★EMI	10:00-11:15 17日(お)ピキナーピラティス★ユキコ	10:00-11:15 18日浅ピラティス★★EMI	8:35-9:35 5日(お)朝ヨガ★なお 26日(茶)ヴィンヤサフロ-ヨガ★SAYAKA	8:35-9:35 13日(北)ベーシックヨガ★AMI 20日(お)朝ヨガ★KAHO 27日(南)ギアゾーンヨガピキナー★MIYUKI
11:45-13:00 14日浅ギアゾーンピキナー★MITSUE	11:45-13:00 15日浅骨盤メンテナンスヨガ★NOBUKO (マタニテ可)	11:45-13:00 2日(茶)ギアゾーンヨガ★MOMOE	11:45-13:00 10日浅ヨガホイルLv1★KAE	11:45-13:00 25日(茶)ベーシックヨガ★YUNA	10:05-11:20 12日(清)リラックスヨガ★MIZUHO 19日浅ハタヴィンヤサヨガ★KAYOKO 26日ピキナーベーシックピラティス★TOMOMI(北)	10:05-11:20 6日(茶)りらっくすヨガ★YUKARI 27日(北)ハタフロ-ヨガ★TOMOMI
		[23日(水)祝日プログラム] 8:35-9:35 (北)アロマヨガ★MINORI 13:20-14:35 (茶)ヴィンヤサフロ-ヨガ★SAYAKA		[11日(金)祝日プログラム] 10:00-11:15 (清)リズムピラティス★TOMOMI 11:40-12:55 (お)ピラティス★ユキコ	11:50-13:05 5日(北)ヨガホイルLv.1&2 SAYOKO 19日(清)ハタフロ-ヨガ★MIZUHO 26日(南)アロマヨガ★KAORI	11:50-13:05 13日(南)ギアゾーンヨガLv.1★TAKEC 27日浅ヨガホイルLv.1KANA
7日浅ヴィンヤサフロ-ヨガ★ARISA 18:30~ 14日(南)18:30~ギアゾーンヨガLv.1★TAKEC 21日(北)18:30~ピラティスRICO★★ 28日(茶)18:30~ヨガホイルLv1SAORI	1日(清)18:45~ピラティス★YASUYO 8日浅20:10~フロ-ヨガ★ユミ 15日(お)18:45~身体の硬い人のためのヨガ★NAO 22日(北)20:10~アロマヨガ★MINORI	2日(お)20:10~夜ヨガ★Sarana 9日(南)20:10~りらっくすヨガ★SAKI 16日(清)20:10~ハタフロ-ヨガ★YUKIE	3日(茶)19:10~ベーシックヨガ★エリナ 10日(お)18:30~ハタ&リストラティブヨガ★MARIKO 17日(南)18:45~ピラティス★ERIKO 24日(清)20:10~ピキナーピラティス★あけみ	4日(南)18:45~ベーシックヨガ★Savuri 18日(北)20:10~ヨガホイルLv.1&2 SAYOKO 25日ヨガニードラMIYON20:00~	13:35-14:50 5日浅フロ-ARISA 12日(南)リセットヨガ★かほり 26日(お)ピキナーベーシックピラティス★ゆかり	13:35-14:50 6日(清)ピキナーピラティス★TOMOMI 20日浅ピラティス★YUMIKO
					15:20-16:20 12日(茶)ピラティス★★SAORI	15:20-16:35 20日(お)ベーシックヨガ★Aya
						15:00-16:40 27日(北)ギアゾーンヨガLv.3★★★SHU
						