

9月スケジュール

元住吉スタジオ

営業時間
平日：9:30～22:00
土日：8:15～17:00
祝日：8:15～15:00
※毎週月曜日は休館日です。

運動量小クラス：★ 運動量小～中クラス：★★ 運動量中クラス：★★★

月	火	水	木	金	土	日
休 館 日	10:00-11:15 ヴィンヤサフローヨガ ★ MIKU	10:15-11:15 産後ヨガ ★ Makiko 通常会員さん参加OK 3才以下のお子様参加OK	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ MOMOE	10:15-11:15 exceed yoga ★★ Sato	8:35-9:35 朝ヨガ★ RIKO 6日,13日 やさしいエアフローヨガ★ RIKO	8:35-9:35 7日 エアフローヨガ★★ HIBIKI 14日 バンドフローヨガ★ Asami 21日 朝ヨガ★ Makiko 28日 ビギナーベーシックピラティス★ Miki
15日(月祝)	11:45-13:00 エアフローヨガ★★ MIKU 30日 ホイールヨガビギナー★ MIKU	11:45-13:00 ベーシックヨガ ★ Makiko	11:45-13:00 ギアゾーンヨガLv.1★★ MOMOE 11日 ホイールヨガビギナー★ 25日 ビギナーベーシックピラティス★	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ Miki	10:05-11:20 エアフローヨガ ★★ Miki ※13日はお休み	10:05-11:20 エアフローヨガ ★★ Miki 7日 やさしいエアフローヨガ★ RIKO
	(体験者専用) 14:30-15:30 エアフローヨガパーソナル 16日RIKO / 2日,30日 Miki		(体験者専用) 13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル 4日,18日 RIKO / 11日,25日 Miki		11:50-13:05 ビギナーベーシックピラティス★ 境井 友萌 20日 ピラティス★★ 境井 友萌 ※13日はお休み	11:50-13:05 ホイールヨガビギナー★ MIKU 28日 ホイールヨガ★★ MIKU ※21日はお休み
23日(火祝)	(体験者専用) 16:00-17:00 エアフローヨガパーソナル 16日RIKO / 2日,30日 Miki	(体験者専用) 16:30-17:30 エアフローヨガパーソナル 3日,10日,17日,24日 RIKO	11日・25日のみ 16:00-17:15 エアフローヨガ ★★ Miki	(体験者専用) 14:30-15:30 エアフローヨガパーソナル Miki	13:35-14:50 フローヨガ ★★ 境井 友萌 13日 エアフローヨガ★★ Miki	13:35-14:50 エアフローヨガ★★ RIKO 28日 バンドフローヨガ★ Asami ※21日はお休み
	18:30-19:45 ビギナーベーシックピラティス ★ 境井 友萌	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ 由布子 3日 Miki	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ RIKO 18日 Miki	18:30-19:45 ビギナーベーシックピラティス ★ 境井 友萌	15:20-16:35 バンドフローヨガ ★ RIKO	15:20-16:35 ハタ&リストラティブヨガ ★ 晶子 14日 アロマヨガ★ RIKO
	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ Miki 16日 HIBIKI	20:10-21:25 ベーシックヨガ★ 由布子 3日 バンドフローヨガ★ Miki	20:10-21:25 アロマヨガ★ RIKO 18日 ビギナーベーシックピラティス★ Miki	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ HIBIKI	1周年特別レッスン 9月13日(土)10:00 - 12:00 Miki 9月21日(日)12:00 - 14:00 RIKO 9月23日(火)9:00 - 11:00 MIKU 9月27日(土)12:00 - 14:00 境井友萌	

※全てのレッスンは予約制となります。