

月	火	水	木	金	土	日	
				7:20-8:20 朝ヨガ ★ AYUKO	8:35-9:35 ギアゾーンヨガビギナー ★ SAYAKA	8:35-9:50 ウインヤサフローヨガ ★ YURIE 22日 AKKO 8日 バンドフロ&ウインヤサフローヨガ★	
10:00-11:15 ウインヤサフローヨガ ★★ kimi ウインヤサフローヨガ+9.16日 MIHIRO 30日 HIROMI ホイールヨガ★★		10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ SAYAKA	10:00-11:15 ベーシックヨガ★ 26日 バンドフローヨガ★ MIHIRO	10:00-11:15 ピラティス ★★ YUNA	10:05-11:20 エアフローヨガ ★★ MIHIRO 7日 エアリストラティブYinFlow★	10:20-11:20 ベーシックヨガ ★ MIHIRO 22日 バンドフロ&ベーシックヨガ★ 29日 ホイールヨガビギナー★	
11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ kimi 9.16日 MIHIRO 30日 HIROMI アロマヨガ★		11:45-13:00 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ SAYAKA	11:45-13:00 エアリストラティブYinFlow ★ MIHIRO 26日エアフローヨガ★★	11:45-13:00 ベーシックヨガ ★ YUNA	11:40-13:10 ギアゾーンヨガLv.2★★★★ MITSUE 11:40-12:55 14日 バンドフローヨガ★★	11:50-12:50 15日 ホイールヨガビギナー★ 8日 エアフローヨガ★★ 1日 バンドフローヨガ★ 29日 ピラティス★ 22日 11:50-13:05 ギアゾーンLV.Zero★ YOSHI	
20日(祝) 8:35-9:35 朝ヨガ★ MIHIRO 10:00-11:15 エアフローヨガ★★ MIHIRO	パ ー ソ ナ ル D A Y		13:30-15:00 ギアゾーンヨガLv.1&2 ★★★ HIROMI 13:30-14:45 26日 ホイールヨガ★★	13:30-14:30 やさしいエアフローヨガ ★ MIHIRO 13日、27日	13:35-14:50 7日 エアフローヨガ★★★ 21日 ホイールヨガ★★★ 28日 13:30-15:00 14日 13:15-14:45 ギアゾーンヨガLv.2★★★★ MITSUE	13:20-14:50 ギアゾーンヨガビギナー★ YOSHI	
はじめての瞑想のワークショップ 12:00-15:00 NANO		14:00-15:00 エアフローヨガパーソナル体験 MIHIRO 4日・25日		17:00-18:00 12日 バンドフローヨガ★ 5日 ピラティス&ストレッチ★ 26日 ベーシックヨガ★ 19日 ホイールビギナー★ TAKEC	15:00-16:00 エアフローヨガパーソナル体験 MIHIRO 13日・27日	15:20-16:35 アロマヨガ ★ AYAKO	15:20-16:20 やさしいエアフローヨガ★ 由布子
14:00-15:00 エアフローヨガパーソナル体験 MIHIRO 9・16・30日				18:30-19:45 5日 ギアゾーンヨガビギナー★ 12日 ギアゾーンヨガLv.1★★ 19日 ギアゾーンヨガLv.1&2★★★★ 26日 ギアゾーンヨガLv.2★★★★★ TAKEC	17:00-18:00 27日 ベーシックヨガ★ SAYAKA	17:00-18:15 エアリストラティブYinFlow ★ 21日 AYAKO	16:45-18:00 ベーシックヨガ★ 由布子
18:30-19:45 アロマヨガ ★ AYAKO			18:30-19:45 エアフローヨガ★★ maya 18日 エアリストラティブYinFlow★	20:10-21:25 5日 バンドフロ&ギアゾーンビギナーヨガ★ 12日 ホイールヨガビギナー★ 26日 エアフローヨガ★★ 19日 ビギナーベーシックピラティス★ TAKEC	18:30-19:45 6日 エアフローヨガ★★ 13日 ベーシックヨガ★ 27日 ホイールヨガビギナー★ SAYAKA		
20:10-21:25 エアリストラティブYinFlow★ AYAKO 16日 エアフローヨガ★★			20:10-21:25 ベーシックヨガ★ maya 25日 バンドフローヨガ★ maya		20:10-21:25 ギアゾーンヨガビギナー★ SAYAKA		

全てのレッスンは予約制となります。

〈定員〉 ■ 常温ヨガ / ヨガホイール / ピラティス = 10名 ■ エアリアルヨガ = 7名

