

8月スケジュール 浅草・蔵前スタジオ



平日 9:30~22:00
土日祝 8:15~17:00

*毎週水曜日は休館日です。

運動量小クラス
運動量中クラス
運動量大クラス

月	火	水	木	金	土	日
5.12.19.26	6.20.27		1.8.15.22.29	2.9.16.23.30	3.10.17.24.31	4.11.18.25
10:00-11:15 ピギナーベーシックピラティス★ YUNA 5日 ベーシックヨガ★ KAZUNE	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ KAZUNE 27日 エアストラティブYin flow★ YUKIE		10:00-11:15 健康やかに過ごすためのヨガ★★ KAE	10:00-11:15 ピラティス★★ 2日 ピギナーピラティス&ホイール★ EMI	10:05-11:20 ハタヴィンヤサヨガ★★★ 17日 ホイールピギナー★ KAYOKO	10:05-11:20 エアフローヨガ★★ 18日 バンドフローヨガ★★ Yuki 25日 YUMIKO
11:45-13:00 エアフローヨガ★★ Yuki 26日 バンドフローヨガ★★ KAZUNE	11:45-12:45 骨盤メンテナンスヨガ (マタニティ可) ★ NOBUKO		11:45-13:00 エアフローヨガ★★ 1日,29日 エアストラティブYin flow★ 8日 ホイールピギナー★ KAE	11:45-13:20 2,23日 ギャズオンヨガLV.1&2★★★ 30日 バンドフローヨガ★★★ SHU	11:50-13:05 エアフローヨガ★★ Yuki 17日 KAZUNE	11:50-13:05 4日 ヴィンヤサフローヨガ★★ HIKARU 11,18日 ヴィンヤサフローヨガ★ Kurumi 25日 ギャズオンヨガピギナー★ SAYAKA
12日(月) 山の日 お子様と参加 通常会員様 も参加OK 産後ヨガ★ NOBUKO	13:10-14:10 産後ヨガ★ NOBUKO	休館日		11:45-13:00 16日 バンドフローヨガ★★ Yuki	13:35-14:50 ヴィンヤサフローヨガ★ 10,24日 ホイールピギナー★ KAZUNE 17日 ギャズオンヨガピギナー★ YUKIE	13:35-14:50 ピラティス★★★ YUMIKO
・8:35-9:35 朝ヨガ★ アヤ ・10:00-11:15 エアストラティブYin flow★ アヤ ・11:40-12:55 エアフローヨガ★★ SAYAKA ・13:20-14:35 ギャズオンLv.1★★ SAYAKA		浅草のお盆休みは 8月13日(火)と8月14日(水)です		WS 小脳を刺激し カラダを整えるWS 8月9日(金) 11:45-15:15 担当: SHU 料金: 会員様: 5,000円 非会員: 7,000円	15:10-16:25 エアフローヨガ★★ 31日 バンドフローヨガ★★ KAZUNE	15:10-16:25 エアフローヨガ★★ YUMIKO 4日,18日 エアストラティブYin flow★
18:30-19:45 ギャズオンピギナー★ 26日 ギャズオンヨガLV.Zero★ SAYAKA	18:30-19:45 6日,27日 エアフローヨガ★★ 20日 エアストラティブYin flow★ ユミ		18:30-19:45 1日 ホイールピギナー★ 8日 エアフローヨガ★★ 22日 バンドフローヨガ★★ KAZUNE 15,29日 りらっくすヨガ★ 由布子	18:30-19:45 2日 エアストラティブYin flow★ SAKI 9日 バンドフローヨガ★ KAZUNE 16日 ピラティス&ストレッチ★★ SAKI 23日 ホイールピギナー★ KAZUNE 30日 ヴィンヤサフローヨガ★ アヤ		WS 後屈を好きになろうWS 8月25日(日) 13:35-16:35 担当: YU 料金: 会員様: 4,000円 非会員: 4,500円
20:10-21:25 エアフローヨガ★★ SAYAKA	20:10-21:25 フローヨガ★★★ ユミ		20:10-21:25 エアフローヨガ★★ 8日 りらっくすヨガ★ 22日 ホイールピギナー★ KAZUNE 15,29日 由布子	20:10-21:25 2日 ピラティス&ストレッチ★★ SAKI 16日 エアフローヨガ★★ SAKI 9,23日 エアストラティブYin flow★ アヤ 30日 りらっくすヨガ★ アヤ		