

営業時間

平日 9:30~22:00  
 土日 8:15~17:00  
 祝日 8:15~15:00

運動量小クラス：★  
 運動量小〜中クラス：★★  
 運動量中クラス：★★★

※祝日を除く毎週金曜日は休館日です

月	火	水	木	金	土	日	
4・11・18・25日	5・12・19・26日	6・13・20・27日	7・14・21・28日	1・8・15・22・29日	2・9・16・23・30日	3・10・17・24日	
10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ U 18日 YUI	10:00-11:15 りらっくすヨガ ★ MARICO 12日 ホールヨガピギナー★ MARICO	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ U 13日 MARICO 20日 YUI	7:35-8:35 朝ヨガ ★ 14日 MARICO 21日 YUI 10:00-11:15 7日 ウィンヤサフローヨガ★ Kazuko 14日 バンドフローヨガ★★ MARICO 21日 バンドフローヨガ★★ YUI 28日 ウィンヤサフローヨガ★ Kazuko	休館日	8:35-9:35 朝ヨガ ★ MARICO 30日 SHIZUKA	8:35-9:35 ピラティス&ストレッチ ★ YUI 10日 バンドフローヨガ★ 17日 エアフローヨガ★ MARICO	
11:45-13:00 ピギナーベーシックピラティス ★ YUI 25日 12:00-13:00 バンドフローヨガ★ YUI	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ TOMOKO	11:45-13:00 ベーシックヨガ ★ MARICO 20日 12:00-13:00 ピラティス★★ YUI	11:45-13:00 7日・28日 エアリストライティブYinFlow★ SHIZUKA 14日・21日 エアフローヨガ★★ あや		10:05-11:20 ベーシックヨガ ★ 9日・23日 Kazuko 2日・16日・30日 優しいホリデイエイブヨガ★★ ayami	10:05-11:20 エアフローヨガ ★★ YUI 24日 U 17日 バンドフローヨガ★★ MARICO	
11月4日(月祝) 8:35-9:35 バンドフローヨガ★ YUI 10:05-11:20 エアフローヨガ★★ U 11:50-13:05 ギアゾーンヨガピギナー★ TAKEC 13:35-14:50 ウーマンライフヨガ★★ AI					11:50-13:05 ピギナーベーシックピラティス ★ YUKI 23日 11:50-12:50 POPピラティス★★	11:50-13:05 3日 りらっくすヨガ★ MARICO 24日 ハタフローヨガ★★ U 10日 エアリストライティブYinFlow★ SHIZUKA 17日 エアフローヨガ★★ YUI	
					13:35-14:50 エアフローヨガ ★★ YUI 2日・23日 ★★★ 16日 U	13:35-14:50 ホールヨガピギナー ★ 3日・17日 Asuka 10日・24日(13:35~14:35)MARICO	
					15:20-16:35 デトックスヨガ ★★ Nori 2日・16日・30日 ウィンヤサフローヨガ★	15:20-16:35 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ 3日・17日 Asuka 10日 14:50-16:50エアフローヨガWS 24日 14:50~16:50太陽礼拝WS	
18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ MITSUE 25日 エアフローヨガ★★★	18:30-19:45 ベーシックヨガ ★ AI 26日 ホールヨガピギナー★	18:30-19:45 ホールヨガピギナー ★ Asuka 13日・27日 ホールヨガ★★	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ 21日 MARICO 14日 YUI 7日 バンドフローヨガ★★ MARICO 28日 ピラティス&ストレッチ★ YUI				
20:10-21:25 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ MITSUE 25日 ギアゾーンヨガLv.1&2 ★★★	20:10-21:25 ウーマンライフヨガ ★★ AI	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ 6日・13日・27日 YUI 20日 MARICO	20:10-21:25 りらっくすヨガ ★ ミヤビ				
							11/10(日) 14:50~16:50 エアフローヨガワークショップ 11/24(日) 14:50~16:50 太陽礼拝ワークショップ 会員様限定！初心者必見！ テキスト無料プレゼント付
							11月のバンドフローヨガ 4日(月)8:35-9:35★ YUI 7日(木)18:30-19:45★★ MARICO 10日(日)8:35-9:35★ YUI 14日(木)10:00-11:15★★ MARICO 17日(日)10:05-11:20★ MARICO 21日(木)10:00-11:15★★ YUI 25日(月)12:00-13:00★ YUI
						 @YARD_KAGURAZAKA [Instagram] インスタグラムでは、 スタジオの様子やイベントを発信！	

※全てのレッスンは予約制となります。