

5月 <パーソナル> スケジュール

おおたかの森スタジオ

▷ 初めてのエアフローヨガ体験
▷ パーソナルレッスン(ヨガ・ホイルヨガ)

→ 3,300円 友達同士でグループに参加も大歓迎!
→ 7,700円

月	火	水	木	金	土	日
休 館 日	2・9・16・23・30日	10・17・24・31日	11・18・25日	12・19・26日	6・20・27日	7・14・21・28日
	9:00-10:00 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン サヤカ	10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン サヤカ	10:00-11:00 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン TOSY / 18日 → サヤカ			10:05-11:05 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン NAO / 14日, 28日 → サヤカ
	10:45-11:45 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン サヤカ	11:45-12:45 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン サヤカ	11:45-12:45 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン サヤカ		11:50-12:50 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン NAO	11:50-12:50 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン NAO / 14日, 28日 → サヤカ
	12:30-13:30 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン サヤカ		サヤカ 18日のみ			
	14:30-15:30 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン NAO 2日、9日、16日、23日		13:40-14:40 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン TOSY / 18日 → サヤカ	13:40-14:40 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン TOSY / 18日 → サヤカ	13:35-14:35 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン NAO	13:35-14:35 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン NAO / 14日, 28日 → TOSY
	16:00-17:00 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン NAO 2日、9日、16日、23日	16:30-17:30 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン NAO 10日、17日のみ	15:00-16:00 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン TOSY 11日、25日のみ	15:00-16:00 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン TOSY		15:20-16:20 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン NAO / 14日, 28日 → TOSY
		18:30-19:30 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン NAO 10日、17日のみ		18:30-19:30 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン TOSY		
		20:10-21:10 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン NAO 10日、17日のみ		20:10-21:10 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン TOSY		

※全てのレッスンが予約制となります。