

3月スケジュール 浅草・蔵前スタジオ

営業時間 平日 9:30~22:00
土日祝 8:15~18:00

※毎週水曜日は休館日です。

運動量小クラス ★ 運動量小~中クラス ★★
運動量中クラス ★★★ 運動量大クラス ★★★★★

月	火	水	木	金	土	日
6.13.20.27 20日 オンライン 10:00-11:15 ベーシックヨガ★ SAORI ↑27日 ムービングヨガ★★ TOSY 11:45-12:45 ビギナーピラティス★ SAORI ↑27日 エアフローヨガ★★ TOSY	7.14.21.28 7:30-8:30 朝ヨガ SAORI ↑7日、28日 10:00-11:15 エアフローヨガ★★ 21日ホィールビギナー★ SAORI 11:45-12:45 骨盤メンテナンスヨガ (マタニティ可) NOBUKO 13:10-14:10 産後ヨガ★ NOBUKO 21日(火) 祝日 ・8:35-9:35 朝ヨガ★ SAORI ・10:00-11:15 エアリストラティブYin flow★★ NOBUKO ・11:45-12:45 陰ヨガ★ 初心者限定! エアフローWS! ・3月月21日(火) 13:10-15:10 SAORI・YU 18:30-19:45 7日、14日 エアフローヨガ★★ 28日エアフローヨガ★★★ ユミ 20:10-21:25 フローヨガ ★★★★ ユミ	休館日	2.9.16.23.30 10:00-11:15 健やかに過ごすためのヨガ★★ KAE 9日 オンライン 11:45-13:00 エアフローヨガ★★ 9日ホィールビギナー★ 16日 エアリストラティブYin flow★ KAE 2日 オンライン 18:30-19:45 りらくすヨガ★ YU 9日、16日 ホィールビギナー★ ↑TOSY 20:10-21:25 ムービングヨガ★★ TOSY ↑30日 エアフロー★★ YU	3.10.17.24.31 7:30-8:30 朝ヨガ★ 美雪 10日、24日、31日 10:00-11:15 ピラティス★★ EMI 11:30-13:10 SHU ギアゾーンヨガV.3★★★★★ 17日、24日、31日 3日 ギアゾーンヨガV.1★★ 10日 11:30-12:45 エアリストラティブYin flow★ SAYOKO 18:30-19:45 ピラティス★★★ エアフローヨガ★★★ ↑10日、24日 YUMIKO 20:10-21:25 エアフローヨガ★★★ ピラティス&ストレッチ★★★ ↑10日、24日 YUMIKO	18日 オンライン 4.11.18.25 8:35-9:35 ハタ&リストラティブヨガ★ KAYOKO 3日 オンライン 10:00-11:15 11:30-13:10 SHU ギアゾーンヨガV.3★★★★★ 17日、24日、31日 3日 ギアゾーンヨガV.1★★ 10日 11:30-12:45 エアリストラティブYin flow★ SAYOKO 4日 オンライン 13:35-14:50 フローヨガ★★ YU ↑11日 ベーシックヨガ MOCO ↑18日 ヴィンヤサフローヨガ★★★ HIKARU 15:20-16:20 ビギナーベーシックピラティス★ SAORI	5.12.19.26 8:35-9:35 ギアゾーンビギナー★ SAORI ↑5日 ヴィンヤサフローヨガ YU 10:05-11:20 ハタヴィンヤサヨガ★★★ 11日、25日ホィールビギナー★ KAYOKO 11:50-13:05 エアフローヨガ★★ YU ↑11日 MOCO ↑18日 SAORI 13:35-14:50 ピラティス★★★ YUMIKO 15:10-16:25 エアフローヨガ★★★ YUMIKO

<定員> ■通常ヨガ/ホィールヨガ/ピラティス → 19名 ■エアフローヨガ → 12名