

# 6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
5.12.19.26	6.13.20.27 7:30-8:30 朝ヨガ SAORI ↑27日	休館日	1.8.15.22.29	2.9.16.23.30 7:30-8:30 朝ヨガ ★ 美雪	3.10.17.24 8:35-9:35 ハタ&リストラティブヨガ ★ KAYOKO	4.11.18.25 8:35-9:35 ギアゾーンビギナー★ SAORI ↑ヴィンヤサフローヨガ★ 11日,25日 YU
10:00-11:15 ベーシックヨガ★ SAORI	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ 20日ホイールビギナー★ SAORI		10:00-11:15 健やかに過ごすためのヨガ★★ KAE	10:00-11:15 ピラティス★★ EMI	10:05-11:20 ハタヴィンヤサヨガ★★★ ○ 10日,24日ホイールビギナー★ KAYOKO	10:05-11:20 エアフローヨガ★★★ SAORI ↑25日 YU エアフローヨガ★★ 11日 YUMIKO
11:45-12:45 ビギナーピラティス★ SAORI	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★★ ○ 15日ホイールビギナー★ 22日 エアリストラティブYin flow★ KAE	11:30-13:10 ギアゾーンヨガLV.3★★★★★ 2日,30日 16日 ギアゾーンヨガLV.1★★★ SHU	11:50-13:05 エアフローヨガ★★ YU エアフローヨガ★★★ 3日10日17日 SAORI ↑24日 由布子	11:50-13:05 ヴィンヤサフローヨガ★ 4日 HIKARU 11日,18日 Kurumi 25日 美雪
	13:10-14:10 産後ヨガ★ NOBUKO			9日,23日 11:45-13:00 エアリストラティブYin flow★ TAKEC	13:35-14:50 フローヨガ★★ YU ↑10日ビギナーピラティス★SAORI	13:35-14:50 ピラティス★★★★ YUMIKO
					15:20-16:20 ビギナーベーシックピラティス★ SAORI ↑10日,24日 りらっくすヨガ★YU	15:10-16:25 エアフローヨガ★★ YUMIKO 11日 YU 18日 無し
18:30-19:45 ヴィンヤサフローヨガ★ YU	18:30-19:45 6日 エアフローヨガ★★ 13日エアリストラティブYin flow★ 20日エアフローヨガ★★★★ ユミ ↑27日エアフローヨガ★★★YOSHI		18:30-19:45 エアフローヨガ★★ 1日 YU 8日,15日 SAYAKA 22日,29日 MITSUE	18:30-19:45 ピラティス★★★★ エアフローヨガ★★ ↑23日 YUMIKO		
20:10-21:25 エアフローヨガ★★ YU	20:10-21:25 フローヨガ★★★★ ユミ ↑27日ギアゾーンビギナー★YOSHI		20:10-21:25 1日 フローヨガ★★★YU 8日,15日 SAYAKA ギアゾーンLV.1★★★ 22日,29日 MITSUE	20:10-21:25 エアフローヨガ★★ ↑23日 ピラティス&ストレッチ★★★ YUMIKO		

初心者向け  
太陽礼拝WS  
・6月18日(日)  
15:10-17:10  
担当: SAORI:YU



<定員> ■通常ヨガ/ピラティス → 25名 ■ホイールヨガ→21名 ■エアフローヨガ → 12名