

5月スケジュール 清澄白河スタジオ

営業時間 平日 9:30~22:00 土8:15~20:00 日 8:15~17:00 祝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 運動量大クラス

※祝日を除く毎週月曜日は定休日です。

月	火	水	木	金	土	日	
休館日	10:00-11:15 ヴィンヤサフローヨガ★ KAZUNE 9日 ホイールヨガピギナー★ TOSY	10:00-11:15 ピギナーベーシックピラティス★ TOMOMI 31日 ヴィンヤサフローヨガ★ YUKIE	7:35-8:35 朝ヨガ★ 11日・25日 YUKINO	10:00-11:15 骨盤メンテナンスヨガ★ (マタニティ可) NOBUKO	10:00-11:15 エアフローヨガ★★★ まみ	8:35-9:35 エアフローヨガ★★★ KAZUNE	8:35-9:35 朝ヨガ★ YUKINO
	11:45-13:00 エアフローヨガ★★★ KAZUNE 9日 TOSY	11:45-13:00 ベーシックヨガ★ KAZUNE	11:45-13:00 18日 ヴィンヤサフローヨガ★ YUKINO 25日 ホイールヨガピギナー★ 11日 エアフローヨガ★★★	11:45-13:00 18日 ヴィンヤサフローヨガ★ YUKINO 25日 ホイールヨガピギナー★ 11日 エアフローヨガ★★★	11:45-13:00 ヴィンヤサフローヨガ★★★ 12日・26日 RIKI 19日 haruna	10:00-11:15 りらっくすヨガ★ 13日ハタ&リストラティブヨガ★ MIZUHO	10:05-11:20 エアフローヨガ★★★ Kuu
		13:30-14:45 エアリストラティブYinFlow★ 17日・31日 NOBUKO	※3日・21日ルーフトップヨガは 雨天時室内にて同プログラムを行います	※3日・21日ルーフトップヨガは 雨天時室内にて同プログラムを行います		11:35-12:50 ハタフローヨガ★★★ 27日ハタ&リストラティブヨガ★ MIZUHO	11:50-13:05 7日 ヴィンヤサフローヨガ★ 21日 ヴィンヤサフローヨガ★@ルーフトップ KAZUNE 28日 ヴィンヤサフローヨガ★★ YUKINO YUKINO 14日 りらっくすヨガ★ haruna
		陰ヨガ★ 10日・24日 NOBUKO	◆5月3日(水)祝日◆	◆5月4日(木)祝日◆	◆5月5日(金)祝日◆	13:10-14:25 エアフローヨガ★★★★★ YUKINO	13:35-14:50 ピギナーベーシックピラティス★ TOMOMI
		8:35-9:35朝ヨガ★@ルーフトップ YUKINO 10:00-11:15 エアリストラティブYinFlow★ NOBUKO 11:40-12:55 リズムピラティス★★★ TOMOMI 13:20-14:35 ハタフローヨガ★★★ TOMOMI	8:35-9:35 朝ヨガ★ YUKINO 10:00-11:15 エアフローヨガ★★★ YUKIE 11:40-12:55 ヴィンヤサフローヨガ★★★ YUKIE 13:20-14:35 りらっくすヨガ★ YUKINO	8:35-9:35 エアフローヨガ★★★ KAZUNE 10:00-11:15 ギャソーンヨガLV.1★★★ MITSUE 11:40-12:55 ホイールヨガ★★★★★ MITSUE 13:20-14:35 りらっくすヨガ★ KAZUNE	8:35-9:35 エアフローヨガ★★★ KAZUNE 10:00-11:15 ギャソーンヨガLV.1★★★ MITSUE 11:40-12:55 ホイールヨガ★★★★★ MITSUE 13:20-14:35 りらっくすヨガ★ KAZUNE	14:50-16:05 6日ギャソーンヨガLV.1&2★★★★★ 13日 ホイールヨガ★★★ 27日 アロマヨガ★ HIROMI 20日 ベーシックヨガ★ アヤ	15:20-16:35 エアフローヨガ★★★ KAZUNE 28日 ホイールヨガピギナー★ NAOKO
	18:45-19:45 ピギナーベーシックピラティス★ YASUYO	18:30-19:45 エアフローヨガ★★★ YUKIE	18:30-19:45 りらっくすヨガ★ KAZUNE 18日 YUKIE	18:30-19:45 りらっくすヨガ★ KAZUNE 18日 YUKIE	18:30-19:45 エアフローヨガ★★★ MITSUE 12日 ホイールヨガ★★★★★	16:35-17:50 6日・13日 りらっくすヨガ★ 20日・27日ヴィンヤサフローヨガ★★★ YUKINO	
	20:10-21:25 エアフローヨガ★★★ YUKINO	20:10-21:25 ヴィンヤサフローヨガ★ 31日 ヴィンヤサフローヨガ★★★ YUKIE	20:10-21:25 エアフローヨガ★★★★★ KAZUNE 18日 エアフローヨガ★★★ YUKIE	20:10-21:25 エアフローヨガ★★★★★ KAZUNE 18日 エアフローヨガ★★★ YUKIE	20:10-21:25 12日 ギャソーンヨガLV.1&2★★★★★ 26日 ギャソーンヨガLV.2★★★★★ MITSUE 19日 ホイールヨガ★★★★★	18:15-19:30 エアフローヨガ★★★ YUKIE	

全てのレッスンは予約制となります。

<定員>■通常ヨガ/ヨガホイール/ピラティス → 17名 ■エアリアルヨガ → 11名