

12月スケジュール

御茶ノ水スタジオ

営業時間

平日: 9:30~22:00
土日祝: 8:00~17:00

運動量小クラス★ 運動量小〜中クラス★☆☆ 運動量中クラス★★★

月	火	水	木	金	土	日	
	休館日			7:20-8:20 朝ヨガ ★ NAOKO	8:35-9:35 ヴァンヤサフローヨガ ★ SAYAKA	8:35-9:35 エアリアルヨガ LV.1 SAORI	
10:00-11:15 インナーフローヨガ ★★ Masami		10:00-11:15 エアリアルヨガ LV.1 MOMOE	10:00-11:00 ピギナー ピラティス★ SAORI	10:00-11:15 エアリアルヨガ LV.1 YUNA	10:00-11:15 エアリアルヨガ LV.1 YUNA	10:05-11:20 エアリアルヨガLV.1 SAORI	↑5日ヨガホール ↑12日 ユミ 10:05-11:20 りらっくすヨガ ★ YUKARI
11:45-13:00 6日,27日 エアリアルヨガLv1 20日 エアリアルリストラティブYin flow 13日 ヨガホールLV.1 KAE		11:45-13:00 アドバンスヨガ★★ 22日 ヨガホールLV.1 MOMOE	↑2日ヴァンヤサフローヨガ★TOSY 2日10:00-11:15のみ 11:30-12:45 エアリアルヨガ LV.1 9日 ヨガホールLV.1 SAORI	11:45-13:00 ベーシックヨガ ★ YUNA	11:45-13:00 ベーシックヨガ ★ YUNA	11日 ヨガホールLV.1 SAORI	↑12日 ユンヤサ ユミ ↑26日ギアゾーンピギナー★YOSHI
13:30-14:30 エアリアルパーソナル体験 KAE			↑23日 TOSY 2日 エアリアル 11:45-13:00 13:30-14:45 ギアゾーンヨガピギナー★ 13:30-14:30 2日 → ピラティス★★ HIROMI	13:30-14:30 エアリアルパーソナル体験 SAORI	13:30-14:30 エアリアルパーソナル体験 SAORI	11:50-13:05 ギアゾーンヨガLV.1 ★★ MITSUE	11:50-13:05 エアリアルヨガ LV.1 YOSHI
			15:15-16:15 エアリアルパーソナル体験 SAORI	↑10日,24日	13:35-14:50 エアリアルヨガ LV.1&2 25日 ヨガホールLV.1&2 MITSUE	13:35-14:50 エアリアルヨガ LV.1 19日 ヨガホール LV.1 YOSHI	13:35-14:50 ギアゾーンヨガピギナー★ 5日 ヨガホール ↑26日ベーシックヨガ★真亜子
			17:30-18:45 ヴァンヤサフローヨガ ★ SAYAKA	15:15-16:15 エアリアルパーソナル体験 SAORI	15:20-16:20 ピラティス ★★ SAORI	15:20-16:20 ピラティス ★★ SAORI	15:20-16:35 ベーシックヨガ ★ 真亜子
18:30-19:45 ギアゾーンヨガピギナー★ 27日 ヨガホールLV.1 SAORI		18:30-19:45 1日 エアリアルヨガLv1 8日 エアリアルヨガLV.1&2 15日 エアリアルリストラティブYin flow ユミ ↑22日 ヨガホールLV1 YOSHI	17:30-18:45 ヴァンヤサフローヨガ ★ SAYAKA	17:30-18:45 ヴァンヤサフローヨガ ★ SAYAKA	15:20-16:20 ピラティス ★★ SAORI	15:20-16:35 ベーシックヨガ ★ 真亜子	5日 太陽礼拝WS 26日 108太陽礼拝
20:10-21:25 エアリアルヨガ LV.1 SAORI		20:10-21:25 フローヨガ ★★ ユミ ↑22日 ギアゾーンピギナー★YOSHI	19:10-20:25 ベーシックヨガ ★ エリナ	19:10-20:25 ベーシックヨガ ★ エリナ	16:45-17:45 エアリアルパーソナル体験 SAORI	16:45-17:45 エアリアルパーソナル体験 SAORI	17:00-18:00 エアリアルパーソナル体験 SAORI
				20:10-21:25 ベーシックヨガ ★ エリナ	18:30-19:45 エアリアルヨガ LV.1&2 KANA	18:30-19:45 エアリアルヨガ LV.1&2 KANA	
				20:10-21:25 ベーシックヨガ ★ エリナ	20:10-21:25 ベーシックヨガ ★ エリナ	17日 ヨガホールLV.1&2	
						年末年始のお知らせ 2021年12月29日(水)~ 2022年1月3日(月)	AERIAL YOGA YARD YOGA WHEEL YARD yoga&pilates YARD

全てのレッスンは予約制となります。