

2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: 8:15~17:00

運動量小クラス★ 運動量小〜中クラス★★ 運動量中クラス★★★
運動量中〜上クラス★★★★

月	火	水	木	金	土	日	
	休館日				7:20-8:20 朝ヨガ★ 10日・24日 RIKA 17日 ホイールヨガ MOCO	8:35-9:35 11日 オンライン ヴィンヤサフローヨガ★ SAYAKA	8:35-9:50 19日 オンライン ヴィンヤサフローヨガ★ YURIE
10:00-11:15 ハタ&リストラティブヨガ★ KAE		10:00-11:15 エアフローヨガ★★ MOMOE	10:00-11:15 アロマヨガ★ AYAKO	10:00-11:15 ピラティス★★ YUNA	10:05-11:20 4日・18日エアフローヨガ★ 11日・25日 エアリストラティブYinFlow★ AYAKO	10:20-11:20 12日 オンライン ピギナーベーシックピラティス★ あけみ	
11:45-13:00 27日 エアフローヨガ★★ 6日・20日エア リストラティブYin Flow★ 13日 ホイールピギナー★ KAE		11:45-13:00 15日 オンライン ギアゾーンヨガLV.1★★★ MOMOE	11:45-13:00 9日エア リストラティブYin Flow★ AYAKO	11:45-13:00 24日 オンライン ベーシックヨガ★ YUNA	11:40-13:10 ギアゾーンヨガLV.2 ★★★★★ MITSUE	11:50-13:05 エアフローヨガ★★YOSHI	
13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル体験 KAE 6日・13日・20日・27日		22日 ホイールヨガ★★MOMOE	13:30-14:45 ギアゾーンヨガLV.1★★ HIROMI		13:35-14:50 4日・18日 ホイールヨガ★★★ MITSUE	12日・26日 ホイールピギナー★ 5日 由布子	
15:15-16:15 エアフローヨガパーソナル体験 AYAKO 6日・13日・20日・27日			2月23日(木)祝日 8:35-9:35 エアリストラティブYinFlow★AYAKO 10:15-11:15 ピラティス★★HIROMI 11:40-12:55 ギアゾーンLV.1★★ HIROMI 13:20-14:35 ヴィンヤサフローヨガ★SAYAKA	11:40- オンライン	13:35-14:50 エアフローヨガ★★★ 4日・18日 ホイールヨガ★★★ MITSUE	13:35-14:50 ギアゾーンヨガピギナー★ YOSHI	
18:30-19:45 27日 オンライン アロマヨガ★ AYAKO		18:30-19:45 エアフローヨガ★★ maya	18:30-19:45 2日 オンライン ヴィンヤサフローヨガ★ SAYAKA		15:20-16:35 18日 オンライン アロマヨガ★ AYAKO	15:20-16:20 エアフローヨガ★★ 由布子 5日 YOSHI 26日 AYAKO	
20:10-21:25 エアフローヨガ★★ AYAKO 13日・27日エアリストラティブ YinFlow		20:10-21:25 ベーシックヨガ★ maya	20:10-21:25 2日 SAYAKA 16日 アヤ 9日 エアリストラティブYinFlow★TAKEC	18:30-19:45 2日 オンライン エアフローヨガ★★ SAYAKA	17:00-18:00 エアフローヨガパーソナル体験 AYAKO 4日・18日・25日	16:45-16:20 エアエアフローヨガパーソナル体験 由布子 12日・19日	



全てのレッスンは予約制となります。 (定員) ■ 常温ヨガ / ヨガホイール / ピラティス = 10名 ■ エアリアルヨガ = 7名