




6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★ 2日・16日・30日 RIKA 9日・23日 AYUKO	8:35-9:35 ヴィンヤサフローヨガ★ SAYAKA	8:35-9:50 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 5日 りらっくすヨガ★ TAKEC		10:00-11:15 エアフローヨガ★★ SAYAKA	10:00-11:15 アロマヨガ★ AYAKO 1日・15日 ベーシックヨガ★ NAOKO	10:00-11:15 ピラティス★★ YUNA	10:05-11:20 3日・17日エアリストラティブimFlow★ AYAKO 10日・24日 エアフローヨガ★★ SAYAKA	10:20-11:20 ビギナーベーシックピラティス★ miyabi	
11:45-13:00 26日 エアフローヨガ★★ 19日エア リストラティブYin Flow★ 12日 ホイールビギナー★KAE 5日エア リストラティブYin Flow★TAKEC		11:45-13:00 ヴィンヤサフローヨガ★★ SAYAKA	11:45-13:00 22日 エアフローヨガ★★ 8日・29日 エア リストラティブ Yin Flow★ AYAKO 1日・15日 ホイールビギナー★ NAOKO	11:45-13:00 ベーシックヨガ★ YUNA	11:40-13:10 ギアゾーンヨガLV.2★★★★ MITSUE	11:50-12:50 4日・18日 エアフローヨガ★★ YOSHI 11日・25日 ホイールビギナー★	
13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル体験 KAE 5日・12日・19日・26日			13:30-14:45 ギアゾーンヨガLV.1&2★★★★ HIROMI		13:35-14:50 10日 エアフロー★★★★ 3日・17日 ホイールヨガ★★★★ 13:30-15:00 24日 ギアゾーンLV.2★★★★ MITSUE	13:20-14:50 ギアゾーンヨガビギナー★ YOSHI	
15:15-16:15 エアフローヨガパーソナル体験 AYAKO 5日・12日・19日・26日					15:20-16:35 アロマヨガ★ AYAKO	15:20-16:20 エアフローヨガ★★ 由布子	
18:30-19:45 アロマヨガ★ AYAKO		18:30-19:45 エアフローヨガ★★ maya	18:30-19:45 ギアゾーンビギナー★ TAKEC	18:30-19:45 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 10日・17日・24日	16:45-16:20 エアエアフローヨガパーソナル体験 由布子 4日・11日・18日・25日	
20:10-21:25 エアフローヨガ★★ AYAKO 12日・26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 15日 ベーシックヨガ★アヤ 8日・29日 ホイールビギナー★ 1日・22日 エアリストラティブYinFlow★ TAKEC	20:10-21:25 ヴィンヤサフローヨガ★ SAYAKA	■6月3日(土)■ 15:20-16:50 アロマクラフトクラス 料金: ¥700 (材料費として) AYAKO		
							  

全てのレッスンプランが予約制となります。

(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