

8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★★★
運動量中~上クラス★★★★

月	火	水	木	金	土	日	
	休館日	7:20-8:20 ホイルヨガ★ SAORI ↑3日		7:20-8:20 朝ヨガ★ NAOKO ↑15日 ホイルヨガ★	8:35-9:35 ヴァンヤサフローヨガ★ SAYAKA	7日 オンライン 8:35-9:35 ヴァンヤサフローヨガ★ YURIE	
10:00-11:15 ギアゾーンヨガLV.1&2 ★★★★ Masami		10:00-11:15 エアフローヨガ★★ MOMOE	10:00-11:00 ビギナー ピラティス★ SAORI	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ YUNA ↑5日,19日,26日, ピラティス★★	10:05-11:20 エアフローヨガ★★ SAORI 6日,20日 ホイルヨガ★	14日 オンライン 10:05-11:20 りらくすヨガ★ YUKARI ↑14日 SAORI ホイル★	
11:45-13:00 エアフローヨガ 22日 エア リストラティブYin Flow★ KAE ↑8日 ホイルヨガ★		11:45-13:00 ギアゾーンヨガLV.1★★★ 31日 ホイルヨガ★ MOMOE	11:30-12:45 エアフローヨガ★★ 18日,25日 ホイルヨガ★ SAORI	11:45-13:00 ベーシックヨガ★ YUNA 12日 オンライン	11:40-13:10 ギアゾーンヨガLV.2 ★★★★ MITSUE	↑28日 あげみ 11:50-13:05 エアフローヨガ★★ YOSHI 7日,28日 ↑ホイルヨガ★	
13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル体験 KAE			13:30-14:45 ギアゾーンヨガビギナー★ HIROMI	13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル体験 SAORI ↑12日 26日	13:35-14:50 エアフローヨガ★★ 13日 ホイルヨガ★★★ MITSUE	↑ホイルヨガ★ 13:35-14:50 ギアゾーンヨガビギナー★ YOSHI	
15:00-16:00 エアフローヨガパーソナル体験 SAORI ↑1日, 22日			15:15-16:15 エアフローヨガパーソナル体験 SAORI		20日 オンライン 15:20-16:20 ピラティス★★★ SAORI	15:20-16:20 エアフローヨガ★★ 由布子 ↑28日 SAORI	
18:30-19:45 ギアゾーンヨガビギナー★ 22日 オンライン SAORI ↑8日, YOSHI 29日, SAYAKA		18:30-19:45 エアフローヨガ★★★ ↑3日,17日,31日 エア リストラティブYin Flow★ ↑ 10,24日 ユミ	11日 (木) 祝日 8:35-9:35 エアフローヨガ★★ 由布子 10:00-11:15 ギアゾーンヨガ★★ HIROMI 11:40-12:55 ピラティス★★ HIROMI 13:20-14:35 ヴァンヤサフローヨガ★ SAYAKA	11日 オンライン 17:30-18:45 ヴァンヤサフローヨガ★ SAYAKA 25日 オンライン 19:10-20:25 ベーシックヨガ★ エリナ	16:45-17:45 エアフローヨガパーソナル体験 SAORI	16:45-17:45 エアフローヨガパーソナル体験 由布子 ↑28日 SAORI	
20:10-21:25 エアフローヨガ SAORI 1日,22日 由布子 ↑8日YOSHI, 29日SAYAKA		20:10-21:25 フローヨガ★★★★ ユミ			18:30-19:45 エアフローヨガ★★ maya 20:10-21:25 ベーシックヨガ★ maya		
							初心者向け エアフローWS 8月月21日(日) 8:45-11:15 担当: SAORI 料金: チケット1回消化
							YOGA WHEEL YARD AERIAL YOGA YARD yoga&plates YARD

全てのレッスンは予約制となります。

(定員) ■ 常温ヨガ / ヨガホイル / ピラティス = 10名 ■ エアリアルヨガ = 7名