

# 2月スケジュール

## 南流山スタジオ

営業時間 平日 → 9:30~22:00  
土日 → 8:00~17:00

※毎週火曜日は休館日です。

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 ●●●●

月	火	水	木	金	土	日
7,14,21,28日	1,8,15,22,29日	2,9,16,23日	3,10,17,24日	4,11,18,25日	5,12,19,26日	6,13,20,27日
10:00-11:15 ギアゾーンヨガピギナー★ SAYOKO 28日 りんくすヨガ★ SAKI	休館日	10:00-11:15 2,9日 フローヨガ★☆☆ MARIKO 16日 ヨガホイールLV.1	10:00-11:15 3,17日 エアリアルヨガLV.1 TOMOKO 10,24日 エアリアルヨガLV.1 KANA	10:00-11:00 (妊婦さん(不定期)ご参加OK) 4,18,25日 骨盤メンテナンスヨガ★ MISATO ※24時間前のご予約がない場合は休講とさせていただきます	8:35-9:35 ギアゾーンヨガLV.1 ★☆☆ RIEKO 12日 ヨガホイールLV.1	8:35-9:35 ギアゾーンヨガピギナー★ MIYUKI
11:45-13:00 背中美人ヨガ ☆☆ RIEKO 28日 ヨガホイールLV.1		11:45-13:00 2,9日 エアリアルヨガLV.1 16日 エアリアルヨガYinFlow	11:45-13:00 10,24日 ベーシックヨガ★ KANA 3,17日 ピラティス★☆☆ SAKI	11:30-12:30 4,25日 産後ヨガ★ MISATO 11:30-12:45 18日 エアリアルヨガYinFlow SAKI	10:05-11:20 5,19日 エアリアルヨガYinFlow 12日 エアリアルヨガLV.1 (TOMOKO) 26日 エアリアルヨガLV.1 KAORI	10:05-11:20 6,20日 エアリアルヨガLV.1 13,27日 エアリアルヨガYinFlow TAKEC
		23日<<祝日プログラム>> 8:35-9:35 ウィンヤサフロヨガ★ TOSY 10:05-11:20 ピラティス★☆☆ SAKI 11:50-13:05 エアリアルLV.1&2 TOSY 13:35-14:35 背中美人ヨガ★☆☆ RIEKO		11:30-12:45 18日 エアリアルヨガYinFlow SAKI	11:50-13:05 28日 オンライン アロマヨガ ★ KAORI 12日 りんくすヨガ★ SAKI	11:50-13:05 13日 オンライン ギアゾーンヨガLV.1 ☆☆ TAKEC 6日 ヨガホイールLV.1&2
				11日<<祝日プログラム>> 8:35-9:35 エアリアル Yin Flow KAORI 10:05-11:20 ギアゾーンヨガピギナー★ KAORI 11:50-13:05 エアリアルLV.1 KANA 13:35-14:35 ベーシックヨガ★ KANA	13:35-14:50 12日 オンライン リセットヨガ ☆☆ かほり	13:35-14:50 ピラティス ☆☆ SAKI
					15:20-16:20 ピギナーベーシックピラティス ★ SAKI	15:20-16:20 6,20日 アクティブヨガ★☆☆ RINA 13日 エアリアルヨガLV.1&2 TOSY 27日 エアリアルヨガLV.1 MOCO
18:30-19:45 ギアゾーンヨガLV.1 ☆☆ TAKEC 21日 ヨガホイールLV.1&2		18:30-19:45 2,16日 ギアゾーンヨガLV.1★☆☆ RIEKO 9日 エアリアルヨガLV.1&2 TOSY	18:45-19:45 17日 オンライン ピラティス ☆☆ ERIKO	18:45-20:00 4日 オンライン 4,18,25日 ベーシックヨガ★ Sayuri		
20:10-21:25 7日 エアリアルヨガLV.1 TOMOKO 14日 エアリアルヨガYinFlow SAKI 21日 エアリアルヨガLV.1&2 SAKI 28日 エアリアルヨガYinFlow SAYOKO		20:10-21:25 9日 オンライン 2日 ヨガホイールLV.1 RIEKO 9日 りんくすヨガ★ SAKI 16日 背中美人ヨガ★☆☆ RIEKO	20:10-21:25 エアリアルヨガLV.1 Yukiko	20:25-21:25 4,18,25日 ピギナーベーシックピラティス★ YASUYO		

レッスンの開始時間が変更になりました！

14日 オンライン

17日 オンライン

4日 オンライン

9日 オンライン

27日 オンライン

13日 オンライン

12日 オンライン

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 → 16名 ■エアリアルヨガ → 8名

