

4月 <パーソナル> スケジュール

おおたかの森スタジオ

▷ 初めてのエアフロー・ヨガ体験
▷ パーソナルレッスン(ヨガ・ホイルヨガ)

→ 3,300円 友達同士でグループに参加も大歓迎!
→ 7,700円

月	火	水	木	金	土	日
休館日	4・11・18・25日	5・12・19・26日	6・13・20・27日	7・14・21・28日	1・8・15・22・29日	2・9・16・23・30日
	9:00-10:00 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン サヤカ	10:00-11:00 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン サヤカ	10:00-11:00 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン サヤカ / 27日 → TOSY			10:05-11:05 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン NAO / 9日, 23日 → サヤカ
	10:45-11:45 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン サヤカ	11:45-12:45 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン サヤカ	11:45-12:45 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン サヤカ		11:50-12:50 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン NAO	11:50-12:50 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン NAO / 9日, 23日 → サヤカ
	12:30-13:30 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン サヤカ		6日, 13日, 20日			
	14:30-15:30 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン NAO 4日, 11日, 25日		13:40-14:40 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン TOSY / 6日 → SAKI		13:35-14:35 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン NAO	13:35-14:35 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン NAO 2日, 16日のみ
	16:00-17:00 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン NAO 4日, 11日, 25日	16:30-17:30 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン NAO	15:00-16:00 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン TOSY / 6日 → SAKI	15:00-16:00 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン TOSY 7日, 21日, 28日		15:20-16:20 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン 2日, 16日のみ
		18:30-19:30 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン NAO		18:30-19:30 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン TOSY / 14日 → サヤカ		
		20:10-21:10 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン NAO		20:10-21:10 初めてのエアフロー・ヨガ体験 パーソナルレッスン サヤカ 14日のみ		

※全てのレッスンが予約制となります。