



12月 <パーソナル> スケジュール

おおたかの森スタジオ

▷ 初めてのエアリアル体験
▷ パーソナルレッスン(ヨガ・ヨガホイール)

→ 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	7・14・21・28日	1・8・15・22日	2・9・16・23日	3・10・17・24日	4・11・18・25日	5・12・19・26日
	9:00-10:00 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン 14日 → MOCO / 21日 → AMI 14日、21日		10:00-11:00 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン MOCO / 2日 → SAKI		10:00-11:00 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン TOSY 11日のみ	10:00-11:00 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン NAO 5日、19日、26日
	10:45-11:45 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン 14日 → MOCO / 21日 → AMI 14日、21日		13:45-14:45 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン MOCO / 2日 → SAKI		11:50-12:50 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン NAO 11日のみ	11:50-12:50 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン NAO 5日、19日、26日
		14:30-15:30 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン NAO		15:00-16:00 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン NAO 10日のみ	13:35-14:35 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン NAO 4日、18日、25日	13:35-14:35 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン NAO 5日、19日
	16:00-17:00 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン NAO 7日、21日、28日	16:00-17:00 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン NAO	 AERIAL YOGA YARD	18:30-19:30 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン TOSY / 10日 → AMI 3日、10日、17日	15:20-16:20 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン NAO 25日のみ	15:20-16:20 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン NAO 5日、19日
		18:30-19:30 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン NAO	18:30-19:30 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン NAO / 23日 → AMI 2日、9日、23日	20:10-21:10 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン TOSY / 10日 → AMI 3日、10日、17日	 YOGA WHEEL YARD	
		20:10-21:10 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン NAO	20:10-21:10 初めてのエアリアル体験 パーソナルレッスン NAO / 23日 → AMI 2日、9日、23日			

※全てのレッスンが予約制となります。