

5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・ホィールヨガ)

→ 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	10・17・24・31日	11・18・25日	12・19・26日	6・20・27日	7・14・21・28日	1・8・15・22・29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 NAO 10日のみ	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 NAO 11日のみ	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 KAHO		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 KAHO	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 NAO	
	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 NAO 10日のみ	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 NAO 11日のみ	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 KAHO 12日のみ		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 KAHO	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	
	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 KAHO 17日、24日、31日		13:30-14:30 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン KAHO		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 KAHO	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	
	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 17日、24日、31日	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 18日、25日	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 KAHO		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 6日 → NAO / KAHO	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 KAHO	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 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 NAO 18日、25日			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 KAHO		
		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 18日、25日			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 TOSY 27日のみ		

※全てのレッスンが予約制となります。