

6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	7・14・21・28日	1・8・15・22・29日	2・9・16・23・30日	3・10・17・24日	4・11・18・25日	12・19・26日	
		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 1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	
		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 1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 2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	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 7日、14日、28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 1日、22日 → 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 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 3日 → KAHO / 17日 → NAO 3日、17日のみ	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 1日、22日 → KAHO		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 1日、22日 → 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 TOSY 24日のみ		

※全てのレッスンが予約制となります。