

# 8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	2・9・23・30日	17・24・31日	4・18・25日	12・19・26日	6・13・20・27日	14・21・28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 17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 / 18日 → NAO		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 KAHO	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 KAZUSA / 14日 → 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 17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 25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 KAZUSA / 14日 → NAO
		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 NAO 17日のみ	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 / 18日 → 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 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 KAZUSA / 14日 → 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		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 / 18日 → 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 KAHO / 12日 → NAO	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 KAZUSA / 14日 → 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 2日、23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 KAZUSA / 24日 → 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 KAZUSA / 24日 → 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 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 KAZUSA / 24日 → NAO				

※全てのレッスンが予約制となります。