

1月 <パーソナル> スケジュール

人形町スタジオ

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

→ 3,300円 友達同士でグループに参加
→ 7,700円

月	火	水	木	金	土	日
8・15・22・29日	9・16・23・30日	10・17・24・31日	4・11・18・25日		6・13・20・27日	7・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 NANO 8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 KAHO 18・25日		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 6・20・27日	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 NANO 7・21・28日
13:20-14:20 初めてのエアフローヨガ体験 パーソナルレッスン NANO 8日			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 18・25日	休 館 日	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 6・20・27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 NANO 15・22・29日						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 NANO 7・21・28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 NANO 15・22・29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 17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 NANO 4・11・18・25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 KAHO 6・20・27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 7日 → NANO、14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 NANO 4・11・18・25日			

※全てのレッスンが予約制となります。