

4月スケジュール

元住吉スタジオ

営業時間  
平日：9:30~22:00  
土日：8:15~17:00  
祝日：8:15~15:00

※毎週月曜日は休館日です。

運動量小クラス：★ 運動量小〜中クラス：★★ 運動量中クラス：★★★

月	火	水	木	金	土	日
<p>休館日</p> <p>29日(火祝) 昭和の日</p> <p>8:35 - 9:35 ホイルヨガビギナー★ MOMOE</p> <p>10:00 - 11:15 ギアゾーンヨガLv.1★★ MOMOE</p> <p>11:40 - 12:55 エアフローヨガ★★ RIKO</p> <p>13:20 - 14:35 バンドフローヨガ★ Miki</p>	<p>10:00-11:15 ヴィンヤサフローヨガ★ MIKU</p> <p>1日 バンドフローヨガ★ RIKO</p> <p>11:45-13:00 エアフローヨガ★★ MIKU</p> <p>1日 RIKO</p> <p>22日 ホイルヨガビギナー★ MIKU</p> <p>(体験者専用) 13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル 1日,15日,22日 RIKO/8日 Miki</p> <p>(体験者専用) 14:45-15:45 エアフローヨガパーソナル 1日,15日,22日 RIKO/8日 Miki</p> <p>(体験者専用) 16:00-17:00 エアフローヨガパーソナル 1日,15日,22日 RIKO/8日 Miki</p> <p>※時間が変更になりました 18:45-20:00 カラダとココロのリセットヨガ ★★ Yukiko</p> <p>※時間が変更になりました 20:25-21:25 エアフローヨガ★★ Miki</p> <p>1日 HIBIKI</p> <p>15日 バンドフローヨガ★ Miki</p>	<p>10:15-11:15 産後ヨガ ★ Makiko</p> <p>通常会員さん参加OK 3才以下のお子様参加OK</p> <p>11:45-13:00 ベーシックヨガ ★ Makiko</p> <p>(体験者専用) 13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル 2日,16日 Miki</p> <p>(体験者専用) 14:45-15:45 エアフローヨガパーソナル 2日,16日 Miki</p> <p>(体験者専用) 16:00-17:00 エアフローヨガパーソナル 2日,16日 Miki</p> <p>18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ 由布子</p> <p>20:10-21:25 ベーシックヨガ ★ 由布子</p>	<p>10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ MOMOE</p> <p>3日 RIKO / 24日Miki</p> <p>11:45-13:00 ギアゾーンヨガLv.1★★ MOMOE</p> <p>3日 バンドフローヨガ★ RIKO/ 24日Miki</p> <p>10日 ホイルヨガビギナー★</p> <p>(体験者専用) 13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル 3日,17日 RIKO/24日 Miki</p> <p>16:00-17:15 エアフローヨガ ★★ RIKO</p> <p>※10日はお休み</p> <p>18:30-19:45 エアフローヨガ★★ RIKO</p> <p>3日 フローヨガ★★ 境井 友萌 24日 やさしいエアフローヨガ★ RIKO</p> <p>20:10-21:25 アロマヨガ★ Yukiko</p> <p>3日 エアフローヨガ★★ HIBIKI 10日 バンドフローヨガ★ RIKO</p>	<p>10:15-11:15 exceed yoga ★★ Sato</p> <p>11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ Miki</p> <p>4日 RIKO</p> <p>(体験者専用) 13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル Miki</p> <p>(体験者専用) 14:45-15:45 エアフローヨガパーソナル 4日 RIKO/11日,18日,25日 Miki</p> <p>(体験者専用) 16:00-17:00 エアフローヨガパーソナル 4日 RIKO/11日,18日,25日 Miki</p> <p>18:30-19:45 ビギナーベーシックピラティス ★ 境井 友萌</p> <p>20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ HIBIKI</p> <p>4日 Miki</p>	<p>8:35-9:35 朝ヨガ ★ Yukari</p> <p>10:05-11:20 エアフローヨガ ★★ Miki</p> <p>11:50-13:05 ピギナーベーシックピラティス★ 境井 友萌</p> <p>NEW 12日 ピラティス★★ 境井 友萌</p> <p>13:35-14:50 フローヨガ ★★ 境井 友萌</p> <p>15:20- 16:35 バンドフローヨガ★ RIKO</p> <p>19日 Miki</p> <p>12日 やさしいエアフローヨガ★ RIKO</p>	<p>8:35-9:35</p> <p>6日 エアフローヨガ★★ HIBIKI 13日 朝ヨガ★ Yukiko 20日 朝ヨガ★ Makiko 27日 やさしいエアフローヨガ★ RIKO</p> <p>10:05-11:20 エアフローヨガ★★ Miki</p> <p>6日, 27日 バンドフローヨガ★ Miki</p> <p>11:50-13:05 ホイルヨガビギナー★ MIKU</p> <p>NEW 27日 ホイルヨガ★★ MIKU</p> <p>13:35-14:50 エアフローヨガ★★ RIKO</p> <p>6日 Miki 13日 バンドフローヨガ★ Miki 20日 やさしいエアフローヨガ★ RIKO</p> <p>15:20-16:35 ハタ&amp;リストラティブヨガ ★ 晶子</p>

※全てのレッスンは予約制となります。