

2月スケジュール 浅草・蔵前スタジオ

営業時間 平日 9:30~22:00
土日祝 8:15~18:00

※毎週水曜日は休館日です。

運動量小クラス ★ 運動量小~中クラス ★★
運動量中クラス ★★★ 運動量大クラス ★★★★★

月	火	水	木	金	土	日
6.13.20.27	7.14.21.28 7:30-8:30 エアフローヨガ SAORI ↑7日, 21日 ↑28日 朝ヨガ		2.9.16.23	3.10.17.24 7:30-8:30 朝ヨガ 美雪	4.11.18.25 8:35-9:35 ハタ&リストラティブヨガ KAYOKO	5.12.19.26 8:35-9:35 ギアゾーンピキナー★ SAORI
10:00-11:15 ギアゾーンピキナー★ SAORI	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ ○21日ホイルピキナー★ SAORI ○14日ホイルピキナー★ MOCO		10:00-11:15 健康やかに過ごすためのヨガ★★ KAE	3日 オンライン 3日, 17日 10:00-11:15 ピラティス EMI	10:05-11:20 ハタヴィンヤサヨガ★★★ ○11日, 25日ホイルピキナー★ KAYOKO	10:05-11:20 エアフローヨガ★★★ SAORI
11:45-12:45 ピキナーピラティス SAORI	11:45-12:45 骨盤メンテナンスヨガ (マタニティ可) NOBUKO	7日 オンライン	9日 オンライン 11:45-13:00 エアフローヨガ★★★ ○9日ホイルピキナー★ 16日 エアリストラティブVin flow KAE	11:30-13:10 SHU ギアゾーンヨガLV.3★★★★★ 17日, 24日 10日 ギアゾーンヨガLV.1★★	11:50-13:05 エアフローヨガ★★ YU	11:50-13:05 ヴィンヤサフロヨガ★ YU
	13:10-14:10 産後ヨガ★ NOBUKO			3日 11:30-12:45 エアリストラティブVin flow★ SAYOKO	4日 オンライン 13:35-14:50 フローヨガ★★ YU	13:35-14:50 ピラティス YUMIKO
		休館日	23日(木) 祝日 ・8:35-9:35 朝ヨガ★ KAE ・10:00-11:15 エアフローヨガ★★ KAE ・11:40-12:55 フローヨガ★★ YU ・13:20-14:35 ホイルヨガ★★ TOSY		15:20-16:20 ピキナーベーシックピラティス★ SAORI ↑18日 KAHO ヨガニドラ★	15:10-16:25 エアフローヨガ★★★ YUMIKO
	6日 オンライン 18:30-19:45 ヴィンヤサフロヨガ★ YU		9日 オンライン 18:30-19:45 りらっくすヨガ★ YU	18:30-19:45 ピラティス★★★ エアフローヨガ★★★ ↑3日, 17日 YUMIKO	16:45-17:45 エアフローヨガ★★★ 由布子 5日のみ	
20:10-21:25 エアフローヨガ★★★ YU	20:10-21:25 7日 エアフローヨガ★★★ 21日エアリストラティブVin flow★★★ 28日エアフローヨガ★★★ ユミ ↑14日 エアフローヨガ★★★ 由布子		20:10-21:25 2日 ムービングヨガ★★★ ○9日 ホイルピキナー★ TOSY	20:10-21:25 エアフローヨガ★★★ ピラティス&ストレッチ★★★ ↑13日, 17日 YUMIKO		
	↑14日 HIKARU ヴィンヤサフロヨガ★★★		↑16日 HIKARU ヴィンヤサフロヨガ★★★			

<定員> ■通常ヨガ/ホイルヨガ/ピラティス → 19名 ■エアフローヨガ → 12名