

# 4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
1.8.15.22.29	2.9.16.23.30		4.11.18.25	5.12.19.26	6.13.20.27	7.14.21.28
10:00-11:15 ギアゾーンヨガLV.Zero★ SAORI ↑22日 ベーシックヨガ★ 由布子	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ SAORI ↑23日 MINORI ↑30日 KAE		10:00-11:15 健やかに過ごすためのヨガ★★ KAE	7:30-8:30 朝ヨガ★ 美雪 ↑5日、12日、19日	8:35-9:35 ハタ&リストラティブヨガ★ KAYOKO	8:35-9:35 ギアゾーンビギナー★ SAORI 21日、28日朝ヨガ TOMOKO
11:45-12:45 ビギナーベーシックピラティス★ SAORI ↑22日、11:45-13:00 エアフローヨガ★★ 由布子	11:45-12:45 骨盤メンテナンスヨガ (マタニティ可) ★ NOBUKO		11:45-13:00 エアフローヨガ★★ 11日ホイールビギナー★ 18日 エアリストラティブYin flow★ KAE	11:45-13:20 ギアゾーンヨガLV.3★★★★★ 12日、26日 5日、19日 ギアゾーンヨガLV.1★★ SHU	11:50-13:05 エアフローヨガ★★ 6日 SAKI 13日 Tsukasa 20日 KAORI 27日 エアリストラティブYin flow★ KAORI	11:50-13:05 ヴィンヤサフローヨガ★ 7日 HIKARU 14日、21日 Kurumi 28日 ギアゾーンヨガビギナー★美雪
29日 (月) 祝日 ・8:35-9:35 ギアゾーンビギナーヨガ★ SAYAKA ・10:00-11:15 エアフローヨガ★★ SAYAKA ・11:40-12:55 ベーシックヨガ★ 由布子 ・13:20-14:35 エアフローヨガ★★ 由布子	13:10-14:10 産後ヨガ★ NOBUKO ↑2日なし	休館日	18:30-19:45 ベーシックヨガ★ 11日 エアフローヨガ★★ 由布子 25日ホイールビギナー★ Asuka	18:30-19:45 ピラティス★★★ エアフローヨガ★★ ↑19日 YUMIKO	13:35-14:50 6日ベーシックヨガ★SAKI 13日 ベーシックヨガ★ Tsukasa 20日27日 りらっくすヨガ★ KAORI	13:35-14:50 ピラティス★★★★ YUMIKO
18:30-19:45 ギアゾーンビギナー★ SAYAKA	18:30-19:45 エアフローヨガ★★ 9日、23日エアリストラティブYin flow★ ユミ		20:10-21:25 エアフローヨガ★★ 由布子 11.25 ベーシックヨガ★アヤ	20:10-21:25 エアフローヨガ★★ ↑19日 ピラティス&ストレッチ★★ YUMIKO	15:20-16:20 ビギナーベーシックピラティス★ SAORI 20日 TOMOKO 27日 SAKI	15:10-16:25 エアフローヨガ★★ YUMIKO 14日 エアリストラティブYin flow★
20:10-21:25 エアフローヨガ★★ SAYAKA	20:10-21:25 フローヨガ★★★ ユミ				<p><b>5月開催！！</b> エアジャズダンス フロ-WS</p> <p><b>5月4日(土)</b> 13:30-18:30 月会員：4,000円 非会員：4,500円 <b>↑ご予約は4月予約開始！</b></p>	

<定員> ■通常ヨガ/ピラティス → 25名 ■ホイールヨガ→21名 ■エアフローヨガ → 12名