

12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 8:15~17:00

※毎週水曜日は休館日です。

運動量小クラス
運動量中クラス
運動量小〜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
				7:30~8:30 朝ヨガ★ 5.12.26日 美雪	8:35~9:35 ハタ&リストラティブヨガ★ KAYOKO	8:35~9:35 朝ヨガ★ KAZUNE 28日 バンドフローヨガ★Yuki
10:00~11:15 ベーシックヨガ★ KAORI	10:00~11:15 2日 バンドフローヨガ★★ 9日 りらくすヨガ★ 23日 やさしいエアフローヨガ★ KAZUNE 16日 エアストラティブYin flow ★ YUIKE		10:00~11:15 健やかに過ごすためのヨガ★★ KAE	10:00~11:15 ビギナーベーシックピラティス★ EMI	10:05~11:20 ハタヴィンヤサヨガ★★★ 13日 ホイールビギナー★ 20日 バンドフローヨガ★★ KAYOKO	10:05~11:20 エアフローヨガ★★ 7.21日 KAZUNE 28日 Yuki 14日 バンドフローヨガ★★ NAO ※21日 10:00~11:00
11:45~13:00 1.15日 エアストラティブYin flow ★ 8.22日 エアフローヨガ★ KAORI	11:45~12:45 骨盤メンテナンスヨガ★ (マタニティ可) NOBUKO 通常会員様.妊婦さん 参加OK 13:10~14:10 産後ヨガ★ NOBUKO お子様と参加.通常会員様 参加OK		11:45~13:00 4.25日 エアフローヨガ★★ 11日 エアストラティブYin flow ★ 18日 ホイールビギナー★ KAE	11:45~13:45 12日 ギャソーンヨガLV.3★★★★★ 11:45~13:30 26日 ホイールヨガ★★★ SHU 11:45~13:00 5日 ヴィンヤサフローヨガ★ KAZUNE	11:50~13:05 ピラティス★★ 27日 バンド&ピラティス★★ KAZUNE 13:35~14:50 エアフローヨガ★★ KAZUNE 6日 やさしいエアフローヨガ★サヤカ	11:50~13:05 7日 バンドフロー&ギャソーンヨガビギナー★HIKARU 14.21日 身体が硬い人のためのヨガ★★ NAO 28日 ギャソーンヨガビギナー★美雪 ※21日 11:20~12:20 13:35~14:50 ピラティス★★★ YUMIKO ※21日 12:45~14:00 15:10~16:25 14日 エアストラティブYin flow ★ 28日 ホイールヨガビギナー★ アヤ
18:30~19:45 ギャソーンビギナー★ 1日 ギャソーンヨガLV.Zero★ SAYAKA	18:30~19:45 2.16日 エアフローヨガ★★ 9.23日 エアストラティブYin flow ★ ユミ		18:30~19:45 4日 ベーシックヨガ★ 18日 バンドフローヨガ★★ 25日 ホイールビギナー★ KAZUNE 11日 りらくすヨガ★ YUKIE	18:30~19:45 5.19日 エアストラティブYin flow ★ KAORI 12.26日 バンドフローヨガ★★ Eriko	16:45~17:45 6.13.20日 エアフローヨガ★★★ KAZUNE	15:10~16:25 アロマヨガ★ 20日 ホイールヨガビギナー★ サヤカ 27日 ヴィンヤサフローヨガ★ AKKO
20:10~21:25 エアフローヨガ★★ SAYAKA	20:10~21:25 フローヨガ★★★ ユミ		20:10~21:25 4日 エアフローヨガ★★ 18日 やさしいエアフローヨガ★ 25日 りらくすヨガ★ KAZUNE 11日 エアフローヨガ★★ YUKIE	20:10~21:25 5.19日 ギャソーンビギナー★ アヤ 12.26日 ビギナーベーシックピラティス★ Eriko	👤首筋こり改善×デコルテ美メソッド👤 12/7(日) 13:35~16:35 担当:YUKINO 会員様:¥4,500 非会員様:¥5,000 🌸108太極礼拝🌸 12/21(日) 14:30~16:30 担当 KAZUNE ,NAO,YUMIKO	

<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