

4月スケジュール 清澄白河スタジオ

営業時間 平日 9:30~22:00 土8:15~20:00 日 8:15~17:00 祝8:15~15:00
 ※祝日は除く(毎月祝日は2休日で)



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	
休館日	10:00-11:15 ヴィンヤサフローヨガ ● 4日 YUKIE 11日 KAZUNE 25日 TOSY 18日 ホイールヨガピキナー ● TOSY	10:00-11:15 ピキナーベーシックピラティス ● TOMOMI	7:35-8:35 6日・13日・27日 朝ヨガ ● YUKINO	10:00-11:15 骨盤メンテナンスヨガ ● (マタニティ可) ● NOBUKO	10:00-11:15 エアフローヨガ ●● まみ 7日 エアリストラティブストラティブYin Flow ● ユミ	8:35-9:35 エアフローヨガ ●● KAZUNE 15日 YUKINO	8:35-9:35 朝ヨガ ● YUKINO 23日 KAZUNE
	11:45-13:00 エアフローヨガ ●● 4日 YUKIE 11日 KAZUNE 18日・25日 TOSY	11:45-13:00 ベーシックヨガ ● KAZUNE 19日 TOMOMI 26日 ホイールヨガピキナー ● YUKINO	11:45-13:00 27日 ヴィンヤサフローヨガ ● YUKINO 13日 ホイールヨガピキナー ● 6日・20日 エアフローヨガ ●●	11:45-13:00 7日 フローヨガ ●●● ユミ ヴィンヤサフローヨガ ●● 14日・28日 RIKA 21日 haruna	11:45-13:00 ⇒ エアリアルヨガ ⇒ ヨガホイール	10:00-11:15 りらっくすヨガ ● 1日・15日 ハタ&リストラティブヨガ ● MIZUHO	10:05-11:20 エアフローヨガ ●● Kuu
	18:45-19:45 11日 オンライン ピキナーベーシックピラティス ● YASUYO	13:30-14:45 エアリストラティブYinFlow ● 5日・19日 NOBUKO 陰ヨガ ● 12日・26日 NOBUKO	18:30-19:45 りらっくすヨガ ● KAZUNE	⇒ エアリアルヨガ ⇒ ヨガホイール	⇒ エアリアルヨガ ⇒ ヨガホイール	11:35-12:50 22日 ハタ&リストラティブヨガ ● MIZUHO	11:50-13:05 23日 オンライン ヴィンヤサフローヨガ ● 16日・30日 KAZUNE 23日 YU 2日 ヴィンヤサフローヨガ ●● YUKINO 12日 りらっくすヨガ ● haruna
	20:10-21:25 エアフローヨガ ●● YUKINO 25日 KAZUNE	18:30-19:45 エアフローヨガ ●● YUKIE 19日 オンライン 20:10-21:25 ヴィンヤサフローヨガ ● 26日 ヴィンヤサフローヨガ ● YUKIE	20:10-21:25 エアフローヨガ ●●● KAZUNE	18:30-19:45 エアフローヨガ ●●● MITSUE 14日 ホイールヨガ ●●● 14日 オンライン	18:30-19:45 エアフローヨガ ●●● MITSUE 14日 ホイールヨガ ●●● 14日 オンライン	13:10-14:25 エアフローヨガ ●●● YUKINO エアフローヨガ ●● 8日・15日 KAZUNE	13:35-14:50 2日 オンライン ピキナーベーシックピラティス ● TOMOMI 30日 ピラティス&フローヨガ ●●
					14:50-16:05 1日キアゾーンヨガLV.1&2 ●●●● 22日 ホイールヨガ ●● 8日・29日 アロマヨガ ● HIROMI 15日 ベーシックヨガ ● アヤ	15:20-16:35 エアフローヨガ ●● KAZUNE 23日 YU 30日 YUKINO	
					16:35-17:50 1日・22日 りらっくすヨガ ● YUKINO 8日 ピラティス&ストレッチ ● SAKI ヴィンヤサフローヨガ ●●	15:20-17:50 エアフロー初心者向けWS 担当:YUKINO-KAZUNE	
					18:15-19:30 エアフローヨガ ●● 1日・8日・15日・29日 YUKIE		

全てのレッスンプランが予約制となります。

<定員> ■通常ヨガ/ヨガホイール/ピラティス → 17名 ■エアリアルヨガ → 11名