

6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 土日祝 8:00~18:00



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 ★ 7日 YUKINO 28日 TOSY	10:00-11:15 ビギナーベーシックピラティス ★ TOMOMI	7:45-8:45 9日・23日 朝ヨガ ★ AYAKO	10:00-11:15 骨盤メンテナンスヨガ (産後・マタニティ可) NOBUKO	10:00-11:15 3日・24日 エアフローヨガ ★★ 10日 エアフローヨガ ★★ 17日 エアリストラティブYin Flow ★	8:35-9:35 エアフローヨガ ★★ YUKINO	8:35-9:35 朝ヨガ ★ AYAKO
	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ YUKINO	11:45-13:00 ベーシックヨガ ★ NAOKO	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ AYAKO	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ AYAKO	11:45-13:00 フローヨガ ★★ ユミ	10:05-11:20 11日 オンライン りらっくすヨガ ★ MIZUHO	10:05-11:20 エアフローヨガ ★★ Candy
	13:30-14:45 エアリストラティブYinFlow ★ 1日・15日・29日 NOBUKO	13:30-14:45 エアリストラティブYinFlow ★ 1日・15日・29日 NOBUKO	13:30-14:45 陰ヨガ ★ 8日・22日 NOBUKO		⇒ エアリアルヨガ	11:50-13:05 18日 オンライン ハタフローヨガ ★★ MIZUHO	11:50-13:05 5日 ムービングヨガヨガ ★★ TOSY 12日 りらっくすヨガ ★ haruna 26日 ヴィンヤサフローヨガ ★★ YUKINO
	18:30-20:30 -ムーンライトヨガ- 担当: SHU	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ YUKINO	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ YUKINO	18:30-19:45 2日・16日・30日 ハタ&リストラティブヨガ ★ 9日・23日 フローヨガ ★★	⇒ ヨガホイール	13:35-14:35 エアフローヨガ ★★ YUKINO	13:35-14:50 5日 オンライン ビギナーベーシックピラティス ★ TOMOMI
	18:45-19:45 21日 オンライン ビギナーベーシックピラティス ★ YASUYO	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ YUKINO	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ YUKINO	18:30-19:45 2日・16日・30日 ハタ&リストラティブヨガ ★ 9日・23日 フローヨガ ★★		15:00-16:15 4日・18日 ギアゾーンヨガLV.1&2 ★★ HIROMI	15:20-16:35 エアフローヨガ ★★ 5日 AYAKO 26日 TOSY
	20:10-21:25 28日 ムーンライトヨガ ★ AYAKO	20:10-21:25 15日 オンライン ヴィンヤサフローヨガ ★ 29日 ヴィンヤサフローヨガ ★★ YUKIE	20:10-21:25 15日 オンライン ヴィンヤサフローヨガ ★ 29日 ヴィンヤサフローヨガ ★★ YUKIE	20:10-21:10 23日 オンライン ビギナーベーシックピラティス ★ あけみ	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ MITSUE	16:35-17:35 4日18日 エアフローヨガ ★★ 由布子	12日 エアリストラティブYin Flow ★ AYAKO
	7日・21日 エアフローヨガ ★★ AYAKO	20:10-21:25 15日 オンライン ヴィンヤサフローヨガ ★ 29日 ヴィンヤサフローヨガ ★★ YUKIE	20:10-21:25 15日 オンライン ヴィンヤサフローヨガ ★ 29日 ヴィンヤサフローヨガ ★★ YUKIE	20:10-21:10 23日 オンライン ビギナーベーシックピラティス ★ あけみ	3日 ホイールヨガ ★★	16:35-17:50 11日 りらっくすヨガ ★ SARI 25日 ヴィンヤサフローヨガ ★ MOMO	◆6月19日(日)◆
		7日・21日 エアフローヨガ ★★ AYAKO	20:10-21:25 15日 オンライン ヴィンヤサフローヨガ ★ 29日 ヴィンヤサフローヨガ ★★ YUKIE	20:10-21:10 23日 オンライン ビギナーベーシックピラティス ★ あけみ	17日 オンライン 3日・10日 ギアゾーンヨガLV.1&2 ★★ 24日 ギアゾーンヨガLV.2 ★★ MITSUE	17日 オンライン 17日 ホイールヨガ ★★	15:20-18:00 初心者 太陽礼拝ワークショップ 担当: AYAKO YUKINO

全てのレッスンは予約制となります。

<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