

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

※祝日を除く毎週月曜日は定休日です。

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
休館日			7:35-8:35 朝ヨガ★ 4日・11日・25日 YUKINO			
	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ KAZUNE 2日 YUKINO 30日 まみ	10:00-11:15 ビギナーベーシックピラティス★ TOMOMI	10:00-11:15 骨盤メンテナンスヨガ★ (マタニティ可) NOBUKO 18日 りらっくすヨガ★ YUKIE	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ maya 26日 エアリストラティブYinFlow★	8:35-9:35 エアフローヨガ★★ KAZUNE 13日 YUKINO	8:35-9:35 朝ヨガ★ YUKINO 21日・28日 KAZUNE
	11:45-13:00 ギアゾーンヨガビギナー★ 30日 ギアゾーンヨガZERO★ RIKA	11:45-13:00 ベーシックヨガ★ 24日 ホイールヨガビギナー★ KAZUNE	11:45-13:00 ヴィンヤサフローヨガ★ 18日 ホイールヨガビギナー★ YUKINO	11:45-13:00 ヴィンヤサフローヨガ★★ 5日・19日 haruna ピラティス&ストレッチ★★ 12日・26日 SAKI	10:00-11:15 りらっくすヨガ★ MIZUHO	10:05-11:20 エアフローヨガ★★ Kuu
		13:30-14:45 エアリストラティブYinFlow★ 3日 NOBUKO 17日 エアフローヨガ★★ 由布子 陰ヨガ★ 10日・24日 NOBUKO	14:00-15:15 エアフローヨガ★★ 11日・25日 まみ		11:35-12:50 ハタフローヨガ★★ 20日・27日ハタ&リストラティブヨガ★ MIZUHO	11:50-13:05 ヴィンヤサフローヨガ★★ YUKINO 14日 りらっくすヨガ★ haruna
	4/28(日)	4/29(月)			13:10-14:25 エアフローヨガ★★★★ YUKINO 20日 エアフローヨガ★★ Tukasa	13:35-14:50 ビギナーベーシックピラティス★ TOMOMI
	8:35-9:35 朝ヨガ★ KAZUNE 10:15-13:15エアジャズダンスフローWS YUKINO 13:35-14:50 ビギナーベーシックピラティス★ TOMOMI 15:20-16:35 エアフローヨガ★★ KAZUNE	8:35-9:35 朝ヨガ★ KAZUNE 10:00-11:15 エアフローヨガ★★ kuu 11:40-12:55 アロマヨガ★ kuu 13:20-14:35 ヴィンヤサフローヨガ★ KAZUNE			14:50-16:05 6日 ホイールヨガ★★ 13日 ギアゾーンヨガZERO★ 20日 ホイールヨガビギナー★ KAZUNE 27日 ギアゾーンヨガLV1&2★★ HIROMI	15:20-16:35 エアフローヨガ★★ KAZUNE
	18:45-19:45 ビギナーベーシックピラティス★ 16日 マイコ 23日 フローピラティス★★ YASUYO	18:30-19:45 エアフローヨガ★★ YUIKIE	18:30-19:45 ヴィンヤサフローヨガ★ KAZUNE 11日 ホイールヨガビギナー★	18:30-19:45 エアフローヨガ★★★★ MITSUE 19日 ピラティス★★	16:35-17:50 6日 りらっくすヨガ★ YUKINO 13日 ヴィンヤサフローヨガ★★ アヤ 20日 ギアゾーンヨガLV.1★★ YUKIE 27日 ヴィンヤサフローヨガ★★ YUKINO	
	20:10-21:25 エアフローヨガ★★ YUKINO 2日・30日 YUKIE	20:10-21:25 ギアゾーンヨガビギナー★ 17日 ギアゾーンヨガZERO★ 24日 ギアゾーンヨガLV.1★★ YUKIE	20:10-21:25 エアフローヨガ★★ 18日 エアフローヨガ★★★★ KAZUNE 25日 りらっくすヨガ★	20:10-21:25 ギアゾーンヨガLV.1&2★★★★ 26日 ギアゾーンヨガLV.2★★★★ 12日 ホイールヨガ★★★★ 19日 ギアゾーンヨガZERO★ MITSUE	18:15-19:30 エアリストラティブYinFlow★ YUKIE	

全てのレッスンプリ予約制となります。

<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