



4月スケジュール

神楽坂スタジオ

営業時間
 平日 9:30~22:00
 土日 8:15~17:00
 祝日 8:15~15:00
 ※祝日を除く毎週金曜日は休館日です

運動量小クラス：★
 運動量小〜中クラス：★★
 運動量中クラス：★★★

月	火	水	木	金	土	日
7・14・21・28日	1・8・15・22・29日	2・9・16・23・30日	3・10・17・24日	4・11・18・25日	5・12・19・26日	6・13・20・27日
		7:35-8:35 朝ヨガ ★ YUI 23日	7:35-8:35 朝ヨガ ★ SHIZUKA 17日		8:35-9:35 朝ヨガ ★ 5日・19日 Risa 12日・26日 kazuko	8:35-9:35 バンドフローヨガ ★ 6日・27日 YUI 20日 ピラティス★★YUI 13日 朝ヨガ★ SHIZUKA
10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ U	10:00-11:15 りらっくすヨガ ★ Nanae	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ YUI 23日 U 16日 ベーシックヨガ★YUI	10:00-11:15 ベーシックヨガ ★ 10日・24日 Kazuko 3日・17日 ヴィンヤサフローヨガ★ ASAHI		10:05-11:20 エアフローヨガ ★★ TAKEC	10:05-11:20 エアフローヨガ ★★ YUI 13日 やさしいエアフローヨガ★ SHIZUKA
11:45-13:00 ストレッチ&フローヨガ ★★ U	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ YUI 22日 やさしいエアフローヨガ★ YUI 1日 骨盤調整ヨガ★★ Nanae 15日 11:45- 12:45 骨盤メンテナンスヨガ (マタニティ期) Nanae	11:45-13:00 ビギナーベーシックピラティス ★ YUI 9日・23日 ピラティス&ストレッチ★★	11:45-13:00 3日・17日 エアリストラティブYinFlow★ SHIZUKA 10日・24日 エアフローヨガ★★ あや		11:50-13:05 優しいボディシェイプヨガ ★★ Ayami	11:50-13:05 ビギナーベーシックピラティス ★ YUKI 27日 POPピラティス★★ YUKI
	4月29日(火祝) 8:35-9:35 ヴィンヤサフローヨガ★SHIZUKA 10:05-11:20 骨盤調整ヨガ★★Nanae 11:50-13:05 エアフローヨガ★TOMO 13:35-15:35 太陽礼拝ワークショップ YUI		13:35-14:35 ピラティス ★★ YUI 3日・17日 24日 バンドフローヨガ★		13:35-14:50 ピラティス&ストレッチ ★ AYUKO	13:35-14:50 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ Asuka 13日 エアフローヨガ★★★ YUI 27日 エアリストラティブYinFlow★ SHIZUKA
18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ MITSUE 14日・28日 ピラティス★★ MITSUE	18:30-19:45 ホイルヨガビギナー ★ AI	18:30-19:45 ギアゾーンヨガビギナー ★ SAYAKA	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ YUI 17日 バンドフローヨガ★★ YUI		15:20-16:35 ヴィンヤサフローヨガ ★ Nori 5日・19日 デトックスヨガ★★	15:20-16:35 ホイルヨガ ★★ Asuka 6日・20日 ホイルヨガビギナー★
20:10-21:25 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ MITSUE 7日・21日 ギアゾーンヨガLv.zero★	20:10-21:25 ウーマンライブヨガ ★★ AI	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ SAYAKA	20:10-21:25 りらっくすヨガ ★ ミヤビ		 @YARD_KAGURAZAKA (Instagram) インスタグラムでは、 スタジオの様子やイベントを発信！	 Check it out★ 4月のバンドフローヨガ 4/6(日) 8:35~9:35 YUI 4/17(木) 18:30~19:45 YUI 4/24(木) 13:35~14:35 YUI 4/27(日) 8:35~9:35 YUI

※全てのレッスンが予約制となります。