

12月スケジュール

日暮里スタジオ

営業時間

平日 → 9:30~22:00
土日 → 8:15~17:00

※毎週木曜日は休館日です。

運動量小クラス★ 運動量中クラス★★ 運動量大クラス★★★

月	火	水	木	金	土	日
					8:35-9:35 ヒキナーベーシックピラティス ★ 9.23日 YASUYO 16日 Mizuki	8:35-9:35 エアフローヨガ ★★ 3日 Miku 10.17日 MAIKA 24日 SHIZU
10:00-11:15 ギアゾーンヨガLv.1★★★ 25日 ギアゾーンヨガLv.Zero★ 4日 ホイールヨガヒキナー★ HIROMI 11日 ウィンヤサフロ Yoga★★ Haruka	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ SHIZU	10:00-11:15 ギアゾーンヨガLv.1★★★ 27日 ホイールヨガヒキナー★ Masami	休 館 日	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ chieko	10:05-11:20 アロマヨガ ★ MAIKA	10:05-11:20 ベーシックヨガ ★ 3.17日 SAYAKA 10.24日 Asuka
12:00-13:15 エアフローヨガ ★★ MAIKA	11:45-13:00 5日 ウィンヤサフロ Yoga★ しなこ 12日 りらっくすヨガ★ haruna 19日 ホイールヨガヒキナー★ しなこ 26日 ベーシックヨガ★ haruna	12:00-13:15 エアフローヨガ ★★ Miku		12:00-13:15 フロー ピラティス★★★ 8日 アロマヨガ★ Mizuki	11:50-13:05 エアフローヨガ ★★ 2.23日 KAZUSA 16日 MAIKA	11:50-13:05 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ 3.17日 SAYAKA 10日 ホイールヨガヒキナー★ Asuka
18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ YUKIE	18:30-19:45 アロマヨガ ★ MAIKA	18:30-19:45 6.20日 ギアゾーンヨガヒキナー★ Shizu 13日 ホイールヨガヒキナー★ Shizu 27日 ヒキナーベーシックピラティス★ YUKI		18:30-19:45 1.15日 エアフローヨガ★★★ TAKEC 8.22日 コンディショニングヨガ★★★ MAIKO	13:35-14:50 ベーシックヨガ ★ Hanako	13:35-14:50 エアフローヨガ ★ 3日 MAIKA 10.17日 KAZUSA
20:10-21:25 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ YUKIE	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ MAIKA	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ KAZUSA		20:10-21:25 1.15日 ベーシックヨガ★ TAKEC 8.22日 ホイールヨガ★★ MAIKO	15:20-16:35 エアフローヨガ ★★ 9日 Miku 23日 MAIKA 2.16日 エアリストラティブYin Flow★ TAKEC	15:20-16:20 POPピラティス ★★ YUKI
						<div data-bbox="1601 1173 2004 1396" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>12月9日(土) 10:30~12:30 初心者♡太陽礼拝ワークショップ 担当: Miku, MAIKA</p> <p>12月24日(日) 12:00~14:30 108太陽礼拝🌞 担当: Miku, MAIKA, SHIZU</p> </div> <div data-bbox="1713 1396 1960 1508" style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>🎉年末年始休館日🎉 12/28(木)~1/4(木) 良いお年をお迎えください♡</p> </div>

全てのレッスンは予約制となります。

<定員> ●通常ヨガ/ホイールヨガ/ピラティス→17名 ●エアフローヨガ→8名