

2月スケジュール

オンラインレッスン



平日 9:30~21:00 土日祝 8:00~17:00

※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
6・13・20・27日	7・14・21・28日	1・8・15・22日	2・9・16・23日	3・10・17・24日	4・11・18・25日	5・12・19・26日
10:00-11:15	10:45-12:00	10:00-11:15	10:00-11:15	10:00-11:15	10:00-11:15	10:00-11:15
20日(南) ギアゾーンヨガピギナー★ SAYOKO	14日(お) ベーシックヨガ★ KAHO	22日(北) ピギナーピラティス★ EMI	2日(お) ピギナーピラティス★ ユキコ	3日(浅) ピラティス★★ EMI	11日(茶) ヴィンヤサフローヨガ★ SAYAKA 25日(お) 朝ヨガ★ なお	5日(北) アロマヨガ MINORI 19日(茶) ヴィンヤサフローヨガ★ YURIE 26日(南) ギアゾーンヨガピギナー★ MIYUKI
11:45-12:45	11:45-12:45	11:45-13:00	11:45-13:00	11:45-13:00	10:05-11:20	10:05-11:20
13日(浅) ピギナーピラティス★ SAORI	7日(浅) 骨盤メンテナンスヨガ★ NOBUKO (マタニティ可)	15日(茶) ギアゾーンヨガLV.1★ MOMOE	9日(浅) ヨガホィールLv1★ KAE	24日(茶) ベーシックヨガ★ YUNA	11日(清) 10:00~りらくすヨガ★ MIZUHO 18日(南) ベーシックヨガ★ SAKI 25日(北) ハタフローヨガ★★ TOMOMI	12日(茶) ピギナーベーシックヨガ★ あけみ
			[23日(木)祝日プログラム] 10:00-11:15 (清)ハタフローヨガ★★ TOMOMI 11:40-12:55 (茶)ギアゾーンヨガLV.1★ HIROMI	13:30-14:30	11:50-13:05	11:50-13:05
				17日(お) ヨガニードラ★ KAHO	4日(北) ホィールヨガピギナー ★ SAYOKO 18日(清) 11:35~ハタフローヨガ★ MIZUHO	12日(清) りらくすヨガ★ haruna 19日(浅) ヴィンヤサフローヨガ★ YU 26日(南) ギアゾーンヨガLV.1&2★★★ TAKEC
					13:35-14:50	13:35-14:50
					4日(浅) フローヨガ★ YU 11日(お) ピギナーベーシックピラティス★ ゆかり 25日(南) フローヨガ★ KARI	5日(清) ピギナーベーシックピラティス★ TOMOMI 19日(北) ベーシックヨガ★ maya 26日(浅) ピラティス★★★ YUMIKO
					15:20-16:35 (15:00-16:15)	15:20-16:35
					18日(茶) アロマヨガ★ AYAKO	
6日(浅) 18:30~ヴィンヤサフローヨガ★ YU 13日(南) 18:45~ ホィールヨガ★ TAKEC 20日(北) 18:30~ピラティス★★ kumiko 27日(茶) 18:30~アロマヨガ★ AYAKO	7日(お) 18:45~身体が硬い人のヨガ★ NAO 14日(清) 18:45~ピギナーベーシックピラティス★ YASUYO 21日(お) 18:45~身体が硬い人のヨガ★ NAO 28日(北) 20:10~ヴィンヤサフローヨガ★ MOMO	1日(南) 20:25~背中美人ヨガ★ RIEKO 8日(北) 18:30~ピギナーベーシックピラティス★ kumiko 15日(清) 20:10~ヴィンヤサフローヨガ★ YUKIE 22日(お) 20:10~ギアゾーンヨガLv1 & 2★★★ TAKEC	2日(茶) ヴィンヤサフローヨガ★ SAYAKA 9日(浅) 18:30~ヴィンヤサフロー★ YU 16日(南) 18:45~ ピラティス★★ ERIKO	3日(南) 20:25~ ピギナーピラティス★ YASUYO 10日(北) 20:10~ホィールヨガ ★★ SAYOKO 17日(清) 20:10~ホィールヨガ★★★ MITSUE 24日(お) 18:30~ピラティス★ なお	 AERIAL YOGA YARD	 YOGA WHEEL YARD