

2月スケジュール

熊本スタジオ

営業時間

平日: 9:30~22:00  
 土日: 8:15~17:00  
 祝日: 8:15~15:00

運動量小: ★ 運動量小~中: ★★ 運動量中~大: ★★★  
 運動量小: ★★ 運動量小~中: ★★★ 運動量中~大: ★★★★

※毎週火曜日は休館日です。

月	火	水	木	金	土	日
<p>9:00-10:00 朝ヨガ ★ MASUMI (3日) エアフローヨガ ★★★ ユキ (17日)</p>	休館日				<p>8:30-9:30 骨盤メンテナンス(マタニティ可) ★ MAI (1日) 朝ヨガ ★ チコ(8日・15日) / MASAE(22日)</p>	<p>8:30-9:30 朝ヨガ ★ ASUKA (2日) ビギナーピラティス ★ SENRI (9日・16日・23日)</p>
<p>10:30-11:45 ハタ・リストラティブヨガ ★ MASUMI</p>		<p>10:00-11:15 エアフローヨガ ★★★ ともこ ユキ(12日)</p>	<p>10:00-11:15 アロマヨガ ★ Mana</p>	<p>10:00-11:15 ベーシックヨガ ★ MIKI</p>	<p>10:00-11:15 ビギナーベーシックピラティス ★ MOERI (15日のみMASAE) バンドフロー&amp;ピラティス★★(22日)</p>	<p>10:00-11:15 エアフローヨガ ★★★ MOERI ユキ (2日) まさき (9日)</p>
<p>12:00-13:00 ピラティスストレッチ ★ MASAE</p>		<p>11:45-13:00 リセットヨガ ★★ ともこ ベーシックヨガ★ユキ (12日) チェアヨガ★ (19日)</p>	<p>10:00-11:15 ヴァンヤサフローヨガ ★★ Mana エアフローヨガ★★★MOERI (6日)</p>	<p>11:45-13:00 エアフローヨガ ★★★ MIKI</p>	<p>11:45-13:00 ヴァンヤサフローヨガ ★★ Mana ベーシックヨガ★MIKI (8日) ベーシックヨガ★MOERI (22日)</p>	<p>13:30-14:45 ボディシェイプヨガ ★★ MOERI</p>
<p>2月11日 (火・祝) 8:30-9:30 朝ヨガ★チコ 10:00-11:15 ベーシックヨガ★★★ユキ 11:45-13:00 エアフローヨガ★★★ユキ 13:30-14:30 ビギナーベーシックピラティス★SENRI</p>			<p>14:00-15:00 背中美人ヨガ ★★ ASUKA (27日のみ)</p>	<p>13:30-14:30 ピラティスストレッチ ★ MASAE</p>	<p>13:30-14:45 エアフローヨガ ★★★ MOERI MIKI (8日) / まさき (22日)</p>	<p>13:30-14:45 アロマヨガ ★ wakana</p>
<p>2月24日 (月・祝) 8:30-9:30 朝ヨガ★Mana 10:00-11:15 アロマヨガ★Mana 11:45-13:00 バンドフロー&amp;ピラティス★★★MOERI 13:30-14:30 エアフローヨガ★★★MOERI</p>		<p>15:30-16:30 エアフローヨガ ★★ MOERI まさき (26日)</p>			<p>15:15-16:15 ベーシックヨガ ★★ MOERI リフレッシュヨガ★まさき (22日)</p>	<p>15:15-16:15 エアフローヨガ ★★ MOERI ビギナーベーシックピラティス★ (2日)</p>
<p>18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ MOERI 骨盤メンテナンス★しのぶ (17日)</p>		<p>18:30-19:45 ビギナーベーシックピラティス ★ MOERI リフレッシュヨガ★まさき (26日)</p>	<p>18:30-19:45 ベーシックヨガ ★★ MOERI バンドフロー&amp;ピラティス★★(20日) ビギナーベーシックピラティス★(27日)</p>	<p>18:30-19:45 りらくすヨガ ★ まさき</p>	<p>エアフロー初心者向けWS 2月23日 (日) 10:00~12:00</p>	
<p>20:10-21:25 自律神経が整う夜ヨガ ★★ しのぶ</p>		<p>20:10-21:25 りらくすヨガ ★ wakana</p>	<p>20:10-21:10 エアフローヨガ ★★★ MOERI</p>	<p>20:10-21:25 ベーシックヨガ ★ チコ</p>	<p>スケジュールの変更で 皆様にはご迷惑をお掛けして 大変申し訳ありません 今後ともどうぞ宜しくお願いいたします</p>	

※全てのレッスンが予約制となります。<定員> ■通常ヨガ/ピラティス/ホーイルヨガ → 20名 ■エアフローヨガ → 12名