

# 5月スケジュール

## 川口スタジオ

営業時間

平日 9:30~22:00 土日 8:15~17:00  
 祝日 8:15~15:00  
 ※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：★★  
 運動量小：リストラティブYinflow 運動量小〜中：Lv.1 運動量中：Lv.1&2

月	火	水	木	金	土	日	
					8:35-9:35 朝ヨガ★ SHIZU	8:35-9:35 朝ヨガ★ RIHO	
10:00-11:15 エアフローヨガ★★ 13日 エアリストラティブYinFlow★ TAKEC	10:00-11:15 アライメントヨガ★★ 28日 ホイールヨガピグナー★ Hitomi	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ SHIZU	10:00-11:15 2日 ホイールヨガピグナー★ 23日 ギアゾーンピグナー★ 30日 ギアゾーンヨガLv.Zero★ しなこ 9.16日 エアフローヨガ★★ Megumi	休館日	10:05-11:20 エアフローヨガ★★ SHIZU	10:05-11:20 ベーシックヨガ★ RIHO	
11:45-13:00 13日ギアゾーンヨガLv.1★★ 20日 ホイールヨガピグナー★ 27日 ギアゾーンヨガLv.Zero★ TAKEC	11:45-13:00 エアフローヨガ★★ Miku	11:45-13:00 ベーシックヨガ★ SHIZU 1日 Eri	11:45-13:00 ピラティス★★ YUKI		11:50-13:05 ベーシックヨガ★ 4.18日 Shizuka 25日 モモ 11日 ギアゾーンヨガピグナー★ Masami	11:50-13:05 エアフローヨガ★★ Eri	
5月6日(月) 祝日レッスン 8:35-9:35 エアフローヨガ★★ SHIZU 10:10-11:10 POPピラティス★★ YUKI 11:40-12:40 ヨガニドラー★ yuki 13:10-14:25 アライメントヨガ★★ yuki					5月3日(金) 祝日レッスン 8:35-9:35 朝ヨガ(アロマ)★ Haruka 10:00-11:15 陰陽ヨガ★★ Haruka 11:40-12:55 エアフローヨガ★★ Eri 13:20-14:35 ベーシックヨガ★ Eri	13:35-14:50 ピラティス★★ まり子	13:35-14:50 リラックスフローヨガ★★ Eri
18:30-19:45 ヴィンヤサフローヨガ★ Haruka	18:30-19:45 ベーシックヨガ★ Hitomi	18:30-19:45 エアフローヨガ★★ 8日 Miku 1.15.29日 Eri 22日 ホイールヨガピグナー★ Miku	18:30-19:45 フローヨガ★★ chieko		15:20-16:20 エアフローヨガ★★ 4.11日 Kei 25日 エアリストラティブYinFlow★ TAKEC 18日 ホイールヨガピグナー★ Miku	15:20-16:20 ホイールヨガピグナー★ Miku	
20:10-21:25 ピグナーベーシックピラティス★ Anna	20:10-21:25 エアフローヨガ★★ Megumi	20:10-21:25 りらくすヨガ★ yuki	20:10-21:25 エアフローヨガ★★ chieko		19日 エアフローヨガ★★ SHIZU		

※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/ホイールヨガ→2 2名 ■エアフローヨガ→1 0名 ■WS→2 2名