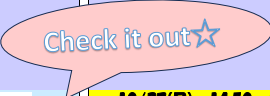


営業時間
 平日 9:30~22:00
 土日 8:15~17:00
 祝日 8:15~15:00

運動量小クラス：★
 運動量小~中クラス：★★
 運動量中クラス：★★★

※祝日を除く毎週金曜日は休館日です

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・31日	4・11・18・25日	5・12・19・26日	6・13・20・27日	
			7:35-8:35 朝ヨガ ★ 10日・24日 MARICO 3日・17日 YUI		8:35-9:35 朝ヨガ ★ MARICO 5日 バンドフローヨガ★	8:35-9:35 エアフローヨガ ★★ YUI 6日 朝ヨガ★ MARICO	
10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ U 21日 YUI	10:00-11:15 りらっくすヨガ ★ MARICO 8日 ホイールヨガビギナー★ MARICO 15日 ビギナーベーシックピラティス★ YUI	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ 2日・23日 U 9日 MARICO 16日・30日 YUI	10:00-11:15 古典ヨガ ★★ Yurina		10:05-11:20 ベーシックヨガ ★ 12日・26日 Kazuko 5日・19日 優しいボディシェイプヨガ★★ ayami	10:00-11:00 Wake up pilates ★★ TAKAKO 6日 フローピラティス★★	
	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ TOMOKO	11:45-13:00 2日 12:00-13:00 バンドフローヨガ★YUI 9日 ベーシックヨガ★ MARICO 16日 12:00-13:00 ピラティス★★ YUI 23日 ベーシックヨガ★ MARICO 30日 12:00-13:00 ピラティス★★ YUI	11:45-13:00 エアリストラティブYinFlow★ 3日・17日 SHIZUKA エアフローヨガ★★ 10日・31日 あや 24日 MARICO		11:50-13:05 ビギナーベーシックピラティス ★ YUKI 26日 11:50-12:50 POPピラティス★★	11:50-13:05 古典ヨガ ★★ 13日・27日 Yurina 6日 エアフローヨガ★★ YUI 20日 バンドフローヨガ★★ YUI	
10月14日(月祝) 8:35-9:35 バンドフローヨガ★ MARICO 10:05-11:20 エアフローヨガ★★ U 11:50-13:05 ギアゾーンヨガLv.1★★ TAKEC 13:35-14:45 ホイールヨガビギナー★ TAKEC				休館日	13:35-14:50 エアフローヨガ ★★ 5日 YUI 19日 U 12日・26日 ★★★ YUI	13:35-14:50 ホイールヨガビギナー ★ MARICO 27日 13:25~14:25 13日 エアリストラティブYinFlow★ SHIZUKA	
	18:30-19:45 ベーシックヨガ ★ AI	18:30-19:45 ホイールヨガビギナー ★ Asuka	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ 3日・17日 MARICO 24日 YUI			15:20-16:35 デトックスヨガ ★★ Nori 5日・19日 ヴィンヤサフローヨガ★	15:20-16:35 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ 6日・20日 Asuka 13日 ハタ&リストラティブヨガ★ MARICO 27日 14:50~16:50 太陽礼拝WS
18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ MITSUE 28日 エアフローヨガ★★★	15日 ホイールヨガビギナー★	2日・16日・30日 ホイールヨガ★★	10日 ピラティス&ストレッチ★ YUI 31日 バンドフローヨガ★★ MARICO				
20:10-21:25 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ MITSUE 28日 ギアゾーンヨガLv.1&2 ★★★	20:10-21:25 ウーマンライフヨガ ★★ AI	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ 2日・30日 MARICO 9日・23日 YUI 16日 バンドフローヨガ★★ MARICO	20:10-21:25 りらっくすヨガ ★ ミヤビ				
							10/27(日) 14:50~16:50 太陽礼拝ワークショップ 会員様限定！初心者必見！ テキスト無料プレゼント付
						10月のバンドフローヨガ 2日(水)12:00-13:00★ YUI 5日(土)8:35-9:35★ MARICO 14日(日)8:35-9:35★ MARICO 16日(水)20:10-21:25★★ MARICO 20日(日)11:50-13:05★★ YUI 28日(月)12:00-13:00★ YUI 31日(月)18:30-19:45★★ MARICO	



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！

※全てのレッスンは予約制となります。