

9月スケジュール

神楽坂スタジオ

営業時間
 平日 9:30~22:00
 土日 8:15~17:00
 祝日 8:15~15:00
 ※祝日を除く毎週水曜日は休館日です

運動量小クラス：★
 運動量小〜中クラス：★★
 運動量中クラス：★★★

月	火	水	木	金	土	日	
4・11・18・25日	5・12・19・26日	休館日	7・14・21・28日	1・8・15・22・29日	2・9・16・23・30日	3・10・17・24日	
10:00-11:15 エアフロ-ヨガ ★★ U	10:00-11:15 エアフロ-ヨガ ★★ Kimi		10:00-11:15 古典ヨガ ★★ Yurina 7日→ホイルヨガピギナー★ MARICO	10:00-11:15 ホイルヨガピギナー ★ MARICO 1日→ピラティス&ストレッチ★ YUI	8:35-9:35 朝ヨガ ★ Hanako 23日 MARICO	8:35-9:35 wake up pilates ★ TAKAKO 3日→ピラティス★★YUI	
11:45-13:00 ピギナーベ-シックピラティス ★ YUKI	11:45-13:00 りらっくすヨガ ★ MARICO		11:45-13:00 エアフロ-ヨガ ★★ SHIZUKA	11:45-13:00 ベ-シックヨガ ★ MARICO 1日→エアフロ-ヨガ★★ YUI	10:05-11:20 ベ-シックヨガ ★ 2日・16日・30日 ayami 9日・23日 Kazuko	10:05-11:20 りらっくすヨガ ★ MARICO 3日→ハタ&リストラティブヨガ★	
9月18日(祝) 8:35-9:35 ホイルヨガピギナー★ MARICO 10:00-11:15 エアフロ-★★ U 11:40-12:40 POPピラティス★★ YUKI 13:20-14:35 エアフロ-★★ YUI						11:50-13:05 ホイルヨガピギナー ★ MARICO 2日→りらっくすヨガ★ ayami	11:50-13:05 エアフロ-ヨガ ★★ YUI
						13:35-14:50 エアフロ-ヨガ ★★ YUI	13:35-14:50 ストレッチ&フロ-ヨガ ★★ AYUKO
						15:20-16:35 ヴィンヤサフロ-ヨガ ★ Nori	15:20-16:20 ピラティス&ストレッチ ★ YUI 3日→ピギナーベ-シックピラティス★ AYUKO
18:30-19:45 エアフロ-ヨガ ★★ MITSUE	18:30-19:45 ベ-シックヨガ ★ Risa		18:30-19:45 エアフロ-ヨガ ★★ あや	18:30-19:45 ピラティス&ストレッチ ★ YUI 1日→ホイルヨガピギナー★ MARICO			
20:10-21:25 ギアゾーンヨガLv.1&2 ★★★ MITSUE	20:10-21:25 ウ-マンライフヨガ ★★ AI	20:10-21:25 りらっくすヨガ ★ ミヤビ	20:10-21:25 エアフロ-ヨガ ★★ YUI 1日→ハタ&リストラティブ★ MARICO				

※全てのレッスンは予約制となります。

