

9月スケジュール

川口スタジオ



平日 9:30~22:00 土日祝 8:15~17:00
※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	
				休館日	8:35-9:35 朝ヨガ★ Miku	8:35-9:35 朝ヨガ★ RIHO	
10:00-11:15 エアフローヨガ★★ TAKEC	10:00-11:15 アライメントヨガ★★ Hitomi	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ SHIZU	10:00-11:15 28日 ギアゾーンピギナー★ しなこ 21日 エアフローヨガ★★ Megumi		10:05-11:20 エアフローヨガ★★ Miku	10:05-11:20 ベーシックヨガ★ RIHO	
11:45-13:00 ギアゾーンヨガLv.1★★ 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	11:45-13:00 ピラティス★★ YUKI		11:50-13:05 ベーシックヨガ★ Shizuka 23日→モモ	11:50-13:05 エアフローヨガ★★ SHIZU	
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; width: 80%; margin: 0 auto;"> <p>9月18日(月) 川口スタジオ オープン!</p> </div> <p>8:35 - 9:35 エアフローヨガ★★★Miku</p> <p>10:00 - 11:15 ホィールヨガピギナー★Miku</p> <p>11:40 - 12:55 ヴィンヤサフローヨガ★Haruka</p> <p>13:20 - 14:35 エアフローヨガ★★★SHIZU</p>					13:35-14:50 23日 ピラティス★★ まり子 30日 アライメントヨガ★★ Hitomi	13:35-14:50 リラクspfローヨガ★★ Eri	
					15:20-16:20 エアフローヨガ★★ Megumi	15:20-16:20 ホィールヨガピギナー★ Miku	
	18:30-19:45 ヴィンヤサフローヨガ★ Haruka	18:30-19:45 アロマヨガ★ Carrie	18:30-19:45 エアフローヨガ★★ Miku		18:30-19:45 フローヨガ★★ chieko		
	20:10-21:25 エアフローヨガ★★ Megumi	20:10-21:25 ピラティス&ストレッチ★ Carrie	20:10-21:25 りらくすヨガ★ yuki		20:10-21:25 エアフローヨガ★★ chieko		

※全てのレッスンは予約制となります。 (定員) ■通常ヨガ/ピラティス/ホィールヨガ→20名 ■エアフローヨガ→10名 ■WS→20名