

10月スケジュール

元住吉スタジオ

営業時間
 平日：9:30~22:00
 土日：8:15~17:00
 祝日：8:15~15:00
 ※毎週月曜日は休館日です。

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
<p>休館日</p> <p>14日 スポーツの日</p> <p>8:35 - 9:35 エアフローヨガ★★★ Miki</p> <p>10:00 - 11:15 ベーシックヨガ★ 由布子</p> <p>11:40 - 12:55 エアフローヨガ★★★ 由布子</p> <p>13:20 - 14:35 ハタ&リストラティブヨガ 晶子</p>	<p>10:00-11:15 ヴィンヤサフローヨガ ★ MIKU</p> <p>11:45-13:00 エアフローヨガ★★★ MIKU</p> <p>29日 ホイールヨガビギナー★ MIKU</p> <p>18:30-19:45 カラダとココロのリセットヨガ ★★ Yukiko</p> <p>20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ RIKO</p> <p>8日 Miki</p>	<p>NEW 10:15-11:15 産後ヨガ ★ Makiko  通常会員さん参加OK 3才以下のお子様参加OK</p> <p>11:45-13:00 ベーシックヨガ ★ Makiko</p> <p>16:00-17:15 エアフローヨガ ★★ RIKO</p> <p>18:30-19:45 エアフローヨガ ★★★ 由布子 30日 RIKO</p> <p>20:10-21:25 ベーシックヨガ★ 由布子 30日 カラダとココロのリセットヨガ★★★ Yukiko</p>	<p>10:00-11:15 エアフローヨガ ★★★ MOMOE</p> <p>11:45-13:00 ギアゾーンヨガLv.1 ★★★ MOMOE</p> <p>NEW 16:00-17:15 エアフローヨガ ★★★ RIKO</p> <p>20:10-21:25 アロマヨガ ★ メイコ </p>	<p>10:00-11:00 exceed yoga ★★★ Sato</p> <p>11:30-12:45 エアフローヨガ ★★★ RIKO</p> <p>16:00-17:15 エアフローヨガ ★★★ RIKO</p> <p>18:30-19:45 ビギナーベーシックピラティス ★ 境井 友萌</p> <p>20:10-21:25 エアフローヨガ ★★★ Miki</p>	<p>8:35-9:35 朝ヨガ ★ Yukari 26日→Yukiko</p> <p>10:05-11:20 エアフローヨガ ★★★ HIBIKI</p> <p>11:50-13:05 ビギナーベーシックピラティス ★ 境井 友萌</p> <p>13:35-14:50 フローヨガ ★★★ 境井 友萌</p> <p>15:20-16:35 エアフローヨガ ★★★ Miki</p>	<p>8:35-9:35 6日→エアフローヨガ★★★ HIBIKI 13日→朝ヨガ★ Yukiko 20日→朝ヨガ★ Makiko 27日→エアフローヨガ★★★ RIKO</p> <p>10:05-11:20 エアフローヨガ ★★★ Miki</p> <p>11:50-13:05 ホイールヨガビギナー★ MIKU 13日 ベーシックヨガ★ Makiko 27日 カラダとココロのリセットヨガ★★★ Yukiko</p> <p>13:35-14:50 エアフローヨガ ★★★ Miki</p> <p>15:20-16:35 ハタ&リストラティブヨガ ★ 晶子</p>

※全てのレッスンプリ予約制となります。