

12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>21日(土)</p> <p>8:35-9:35 朝ヨガ★ Yukari</p> <p>10:05-11:20 エアフローヨガ★★ HIBIKI</p> <p>108太陽礼拝 12:00 - 14:30 RIKO・Miki・境井 友萌 1回消化で参加可能</p> <p>15:20 - 16:35 エアフローヨガ★★ Miki</p>	<p>10:00-11:15 ヴィンヤサフロ Yoga★ MIKU</p> <p>24日 ギアゾーンヨガLv.1★★★ MOMOE</p>	<p>10:15-11:15 産後ヨガ★ Makiko</p> <p>通常会員さん参加OK 3才以下のお子様参加OK</p>	<p>10:00-11:15 エアフローヨガ★★ MOMOE</p>	<p>10:15-11:15 exceed yoga★★★ Sato</p> <p>6日 朝ヨガ★ Yukari</p>	<p>8:35-9:35 朝ヨガ★ Yukari 28日 Makiko</p>	<p>8:35-9:35 朝ヨガ★ Yukiko</p> <p>エアフローヨガ★★★ 1日 HIBIKI / 22日 RIKO</p>	
	<p>11:45-13:00 エアフローヨガ★★★ MIKU</p> <p>24日 ホイールヨガビギナー★ MOMOE</p>	<p>11:45-13:00 ベーシックヨガ★ Makiko</p>	<p>11:45-13:00 ギアゾーンヨガLv.1★★★ MOMOE</p> <p>19日 ホイールヨガビギナー★ MOMOE</p>	<p>11:30-12:45 エアフローヨガ★★★ RIKO</p> <p>6日 Miki</p>	<p>10:05-11:20 エアフローヨガ★★★ HIBIKI</p>	<p>10:05-11:20 エアフローヨガ★★★ Miki</p>	<p>10:05-11:20 エアフローヨガ★★★ Miki</p>
	<p>(体験者専用) 13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル 3日,10日,24日 Miki / 17日 RIKO</p>	<p>(体験者専用) 13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル 4日 Miki</p>	<p>(体験者専用) 13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル RIKO</p>	<p>(体験者専用) 13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル RIKO</p>	<p>11:50-13:05 ピグナーベーシックピラティス★ 境井 友萌 ※21日はお休み</p>	<p>11:50-13:05 ホイールヨガビギナー★ MIKU</p> <p>1日 アロマヨガ★ メイコ</p>	<p>11:50-13:05 ホイールヨガビギナー★ MIKU</p> <p>1日 アロマヨガ★ メイコ</p>
	<p>(体験者専用) 14:45-15:45 エアフローヨガパーソナル 3日,10日,24日 Miki / 17日 RIKO</p>	<p>(体験者専用) 14:45-15:45 エアフローヨガパーソナル 4日 Miki</p>	<p>16:00-17:15 エアフローヨガ★★★ RIKO</p>	<p>(体験者専用) 14:45-15:45 エアフローヨガパーソナル RIKO</p>	<p>13:35-14:50 フローヨガ★★★ 境井 友萌 ※21日はお休み</p>	<p>13:35-14:50 エアフローヨガ★★★ RIKO</p>	<p>13:35-14:50 エアフローヨガ★★★ RIKO</p>
	<p>(体験者専用) 16:00-17:00 エアフローヨガパーソナル 3日,10日,24日 Miki / 17日 RIKO</p>	<p>(体験者専用) 16:00-17:00 エアフローヨガパーソナル 4日 Miki</p>	<p>18:30-19:45 エアフローヨガ★★★ 由布子</p>	<p>18:30-19:45 エアフローヨガ★★★ RIKO</p>	<p>18:30-19:45 ピグナーベーシックピラティス★ 境井 友萌</p>	<p>15:20-16:35 エアフローヨガ★★★ Miki</p>	<p>15:20-16:35 エアフローヨガ★★★ Miki</p>
	<p>18:30-19:45 カラダとココロのリセットヨガ★★★ Yukiko</p>	<p>18:30-19:45 エアフローヨガ★★★ 由布子</p>	<p>18:30-19:45 エアフローヨガ★★★ RIKO</p>	<p>18:30-19:45 エアフローヨガ★★★ RIKO</p>	<p>15:20-16:35 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>	<p>15:20-16:35 ハタ&リストラティブヨガ★ 晶子</p>
	<p>20:10-21:25 エアフローヨガ★★★ Miki</p> <p>17日 RIKO</p>	<p>20:10-21:25 ベーシックヨガ★ 由布子</p>	<p>20:10-21:25 アロマヨガ★ メイコ</p>	<p>20:10-21:25 アロマヨガ★ メイコ</p>	<p>20:10-21:25 エアフローヨガ★★★ Miki</p> <p>6日 RIKO</p>	<p>年末年始の営業</p> <p>12/29(日)~2025年1/3(金) 上記はお休みとなります。</p> <p>来年は1/4(土)より通常営業いたします。 来年もよろしくお願ひします!</p>	

※全てのレッスンプリ予約制となります。