

7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。

月	火	水	木	金	土	日
休 館 日						
21日(月祝) 海の日	10:00-11:15 ヴィンヤサフローヨガ ★ MIKU	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	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ MOMOE	10:15-11:15 exceed yoga★★ Sato 4日 バンドフローヨガ★ Miki	8:35-9:35 朝ヨガ ★ Yukari	8:35-9:35 朝ヨガ★ Makiko 6日 やさしいエアフローヨガ★Mik 13日 バンドフローヨガ★ Miki
8:35 - 9:35 朝ヨガ★ Yukari	11:45-13:00 エアフローヨガ★★ MIKU 29日 ホイールヨガビギナー★ MIKU	11:45-13:00 ベーシックヨガ ★ Makiko	11:45-13:00 ギアゾーンヨガLv.1★★ MOMOE 10日 ホイールヨガビギナー★ 24日 ビギナーベーシックピラティス★	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ Miki 11日 RIKO	10:05-11:20 エアフローヨガ★★ Miki 12日 RIKO 5日 ホイールヨガビギナー★ MOMOE	10:05-11:20 エアフローヨガ★★ Miki 6日 バンドフローヨガ★ Miki
10:00 - 11:15 エアフローヨガ★★ Miki	(体験者専用) 13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル 1日 RIKO / 15日, 22日, 29日 Miki		(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, 17日 RIKO / 24日, 31日 Miki	(体験者専用) 13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル 4日, 18日, 25日 Miki / 11日 RIKO		11:50-13:05 ビギナーベーシックピラティス★ 境井 友萌 12日 ピラティス★★ 境井 友萌 5日 ギアゾーンヨガLv.1★★ MOMOE ※26日はお休み
11:40 - 12:55 ビギナーベーシックピラティス★ 境井 友萌	(体験者専用) 14:45-15:45 エアフローヨガパーソナル 1日 RIKO / 15日, 22日, 29日 Miki		(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, 17日 RIKO / 24日, 31日 Miki	(体験者専用) 14:45-15:45 エアフローヨガパーソナル 4日, 18日, 25日 Miki / 11日 RIKO		11:50-13:05 ホイールヨガビギナー★ MIKU 20日, 27日 バンドフローヨガ★ RIKO
13:20 - 14:35 フローヨガ★★ 境井 友萌	(体験者専用) 16:00-17:00 エアフローヨガパーソナル 1日 RIKO / 15日, 22日, 29日 Miki		(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, 17日 RIKO / 24日, 31日 Miki	(体験者専用) 16:00-17:00 エアフローヨガパーソナル 18日, 25日 Miki / 4日, 11日 RIKO		13:35-14:50 フローヨガ★★ 境井 友萌 5日 エアフローヨガ★★ Miki ※26日はお休み
	18:30-19:45 ビギナーベーシックピラティス★ 境井 友萌 29日 バンドフローヨガ★ Miki	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ 由布子	18:30-19:45 エアフローヨガ★★ ★★ RIKO 17日 HIBIKI	18:30-19:45 ビギナーベーシックピラティス ★ 境井 友萌	15:20- 16:35 バンドフローヨガ ★ RIKO 19日 Miki	15:20-16:35 ハタ&リストラティブヨガ ★ 晶子
	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ Miki	20:10-21:25 ベーシックヨガ ★ 由布子	20:10-21:25 アロマヨガ★ RIKO 3日 バンドフローヨガ★ RIKO 17日 ハタ&リストラティブヨガ★ 晶子	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ HIBIKI 4日 RIKO / 11日 Miki	太陽礼拝WS 7月26日(土) 12:30~14:30	

※全てのレッスンが予約制となります。