

2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
休館日	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 20日 RIKO 13日 ホイールヨガビギナー★	10:15-11:15 exceed yoga ★★ Sato	8:35-9:35 朝ヨガ ★ Yukari	8:35-9:35 2日 エアフローヨガ★★ HIBIKI 9日 朝ヨガ★ Yukiko 16日 朝ヨガ★ Makiko 23日 バンドフローヨガ★ RIKO
	11:45-13:00 エアフローヨガ★★ MIKU 25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 20日 バンドフローヨガ★ RIKO	11:45-13:00 エアフローヨガ★★ RIKO 14日 バンドフローヨガ★ RIKO 21日、28日 Miki	10:05-11:20 エアフローヨガ★★ Miki 22日 バンドフローヨガ★ Miki	10:05-11:20 エアフローヨガ★★ Miki 16日 バンドフローヨガ★ Miki
8:35 - 9:35 ヴィンヤサフローヨガ★ MIKU 10:00 - 11:15 ホイールヨガビギナー★ MIKU 11:40 - 12:55 バンドフローヨガ★ RIKO 13:20 - 14:35 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 Miki (体験者専用) 14:45-15:45 エアフローヨガパーソナル Miki (体験者専用) 16:00-17:00 エアフローヨガパーソナル Miki	(体験者専用) 13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル 19日 Miki (体験者専用) 14:45-15:45 エアフローヨガパーソナル 19日 Miki (体験者専用) 16:00-17:00 エアフローヨガパーソナル 12日 RIKO/19日 Miki	(体験者専用) 13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル RIKO 16:00-17:15 エアフローヨガ ★★ RIKO 20日 ホイールヨガビギナー★ MOMOE	(体験者専用) 13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル 7日、14日 RIKO/21日、28日 Miki (体験者専用) 14:45-15:45 エアフローヨガパーソナル 7日、14日 RIKO/21日、28日 Miki (体験者専用) 16:00-17:00 エアフローヨガパーソナル 7日、14日 RIKO/21日、28日 Miki	11:50-13:05 ビギナーベーシックピラティス ★ 境井 友萌	11:50-13:05 ホイールヨガビギナー★ MIKU 9日 バンドフローヨガ★ RIKO
24日(月祝) 振替休日 8:35 - 9:35 朝ヨガ★ Yukari 10:00 - 11:15 エアフローヨガ★★ Miki 11:40 - 12:55 ビギナーベーシックピラティス★ 境井 友萌 13:20 - 14:35 フローヨガ★★ 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 Miki (体験者専用) 16:00-17:00 エアフローヨガパーソナル Miki 18:30-19:45 カラダとココロのリセットヨガ ★★ Yukiko	(体験者専用) 14:45-15:45 エアフローヨガパーソナル 19日 Miki (体験者専用) 16:00-17:00 エアフローヨガパーソナル 12日 RIKO/19日 Miki 18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ 由布子	エアフローヨガ ★★ RIKO 27日 Miki 20日 ホイールヨガビギナー★ MOMOE 20:10-21:25 アロマヨガ★ Yukiko 6日 バンドフローヨガ★ RIKO 20日 りらくすヨガ★ 晶子	14:45-15:45 エアフローヨガパーソナル 7日、14日 RIKO/21日、28日 Miki (体験者専用) 16:00-17:00 エアフローヨガパーソナル 7日、14日 RIKO/21日、28日 Miki 18:30-19:45 ビギナーベーシックピラティス ★ 境井 友萌	13:35-14:50 フローヨガ ★★ 境井 友萌 15:20-16:35 エアフローヨガ★★ Miki 15日 やさしいエアフローヨガ★ Miki	13:35-14:50 2日 エアフローヨガ★★ RIKO 9日 やさしいエアフローヨガ★ RIKO 16日 エアフローヨガ★★ Miki 23日 ヴィンヤサフローヨガ★ MIKU 15:20-16:35 ハタ&リストラティブヨガ★ 晶子 23日 やさしいエアフローヨガ★ RIKO
	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ Miki 25日 バンドフローヨガ★ Miki	20:10-21:25 ベーシックヨガ ★ 由布子	20:10-21:25 アロマヨガ★ Yukiko 6日 バンドフローヨガ★ RIKO 20日 りらくすヨガ★ 晶子	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ HIBIKI		

※全てのレッスンは予約制となります。