

2月スケジュール

北千住スタジオ

営業時間

平日 → 9:30~22:00
 土日 → 8:15~17:00
 祝日 → 8:15~15:00 ※毎週木曜日は休館日です。

運動量小クラス ★ 運動量中クラス ★★ 運動量大クラス ★★★

月	火	水	木	金	土	日
					8:35-9:35 エアフローヨガ★★ AYA	8:35-9:35 朝ヨガ★ YU
10:00-11:30 ギアゾーンヨガLv.1&2 ★★★ Masami	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ AYA 25日 やさしいエアフローヨガ★	10:00-11:15 5日ピギナーピラティス&ホイル★ ピギナーベークピラティス★ EMI		10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ YU	10:05-11:20 ピギナーベークピラティス★ TOMOMI 22日 ギアゾーンヨガLv.1★★	9日、16日 バンドフローヨガ★ 10:05-11:20 ピギナーベークピラティス★ TOMOMI 9日 ギアゾーンヨガピギナー★ 16日 ギアゾーンヨガLv.Zero★ Masami
			7日のみ 11:45-12:45	11:45-13:00 7日、21日 ヴァンヤサフロヨガ★ 14日、28日 ホイルヨガピギナー★ YU	11:50-13:05 エアリストラティブYin Flow ★ SAYOKO 1日ホイルヨガピギナー★Chisato	11:50-13:05 エアフローヨガ★★ YU 16日エアリストラティブYinFlow★ YUKIE
12:00-13:15 エアフローヨガ ★★ Kimi	11:45-13:45 4日 ギアゾーンヨガLv.3★★★★★ 18日 ギアゾーンヨガLv.1&2★★★ SHU 11:45-13:00 25日 ギアゾーンヨガピギナー★ TAKEC	11:45-13:00 5日、19日 エアフローヨガ★★ 12日、26日 エアフローヨガ★★★ MITSUE	休 館 日	13:35-14:50 アライメントヨガ★★ SAYOKO 1日バンドフローヨガ★★Chisato	13:35-14:35 2日 ヴァンヤサフロヨガ★ YU 9日 ギアゾーンヨガピギナー★RIKA 16日 ギアゾーンヨガピギナー★YUKIE 23日 りらくすヨガ★晴渚	
	24日(月)祝日プログラム 8:35~9:35 Masami ギアゾーンヨガピギナー★ 10:00~11:15 NAMIKI ピギナーベークピラティス★ 11:40~12:55 NAMIKI アロマヨガ★ 13:20~14:35 YU エアフローヨガ★★	11日(火)祝日プログラム 8:35~9:35 YURIE ホイルヨガピギナー★ 10:00~11:15 YURIE ギアゾーンヨガLv.Zero★ 11:40~12:55 AYA エアフローヨガ★★ 13:20~14:35 YU ヴァンヤサフロヨガ★		13:30-15:00 5日 ギアゾーンヨガLv.1&2★★★★ 12日、19日 ギアゾーンヨガLv.2★★★★ 13:30-14:45 26日 ホイルヨガ★★ MITSUE	15:20-16:35 エアフローヨガ ★★ YU 8日 やさしいエアフローヨガ★	15:00-16:15 2日 ギアゾーンヨガLv.1★★★ 16日 ホイルヨガ★★ MOMO 9日、23日 エアフローヨガ★★ AYA
					17:00-18:15 1日 ヴァンヤサフロヨガ★ YU 15日 ホイルヨガピギナー★ YU 8日 ヴァンヤサフロヨガ★★セビ 22日 ベークピラティス★ kei	
18:45-19:45 ピラティス ★★ Kumiko	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ YU 25日 ホイルヨガピギナー★	18:30-19:45 ギアゾーンヨガピギナー★ Mari			18:30-19:45 エアリストラティブYinFlow ★ YUKIE	
20:10-21:25 3日 エアフローヨガ★★ 17日 エアフローヨガ★★★ Tsukasa 10日 やさしいエアフローヨガ★ YU	20:10-21:25 4日 ヴァンヤサフロヨガ★ 18日、25日 バンドフローヨガ★★ YU	20:10-21:25 5日、19日 エアフローヨガ★★ AYA 12日、26日 ホイルヨガピギナー★ Mari		20:10-21:25 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ YUKIE		

※全てのレッスンは予約制となります。 <定員> ■ヨガ/ピラティス/ホイルヨガ/バンドフロー：20名 ■エアフローヨガ：8名 ■ギアゾーンヨガLvZERO：17名

