

2月スケジュール 浅草・蔵前スタジオ

営業時間

平日 9:30~22:00  
土日祝 8:15~17:00

※毎週水曜日は休館日です。

運動量小クラス 運動量小~中クラス  
運動量中クラス 運動量大クラス

月	火	水	木	金	土	日
3.10.17.24	4.11.18.25		6.13.20.27	7.14.21.28	1.8.15.22	2.9.16.23
10:00-11:15 3日 バンドフローヨガ★★Yuki 10日 ホイールビギナー★Yuki 17日 りらっくすヨガ★KAZUNE	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ KAZUNE 4日 ホイールビギナー★KAZUNE 18日 バンドフローヨガ★★KAZUNE		10:00-11:15 健やかに過ごすためのヨガ★★ KAE	10:00-11:15 ピラティス★★ EMI 7日 ビギナーベーシックピラティス KAZUNE	10:00-11:20 ハタヴィンヤサヨガ★★★ 8日 ホイールビギナー★ 15日 バンドフローヨガ★★ KAYOKO	10:05-11:20 エアフローヨガ★★ Yuki
11:45-13:00 エアフローヨガ★★ Yuki 17日 KAZUNE	11:45-12:45 骨盤メンテナンスヨガ (マタニティ可) ★ NOBUKO		11:45-13:00 エアフローヨガ★★ 13日 エアリストラティブYin flow★ 20日 ホイールビギナー★ KAE	11:45-13:45 7日 ギアゾーンヨガLV.1&2★★★★ 14日 ギアゾーンヨガLV.3★★★★★ 28日 ギアゾーンヨガLV.3★★★★★ 11:45-13:30 21日 バンドフローヨガ★★★ SHU	11:50-13:05 エアフローヨガ★★ Yuki	11:50-13:05 2日 バンドフロー&ギアゾーンヨガビギナー★HIKARU 9.16日 ヴィンヤサフローヨガ★Kurumi 23日 ギアゾーンヨガビギナー★美雪
振替休日 2日24(月) 8:35-9:35 朝ヨガ★SAYAKA 10:00-11:15 エアフローヨガ★★SAYAKA 11:40-12:55 りらっくすヨガ★AKKO 13:20-16:20 シルシャーサナをマスターしよう ユミ	13:10-14:10 産後ヨガ★ NOBUKO お子様と参加 通常会員様	休館日			13:35-14:50 1日 ヴィンヤサフローヨガ★KAZUNE 8日 バンドフローヨガ★★ Yuki 15日 ヴィンヤサフローヨガ★KAZUNE 22日 ピラティス&ストレッチ TAKEC	13:35-14:50 ピラティス★★★★ YUMIKO
シルシャーサナ をマスターしよう! 講師: ユミ 2月24日(月)祝日 13:20~16:20	建国記念日 2月11日(火) 8:35-9:35朝ヨガ★KAZUNE 10:00-11:15 アロマヨガ★NOBUKO 11:40-12:55 骨盤メンテナンスヨガ★NOBUKO 13:20-14:35 ヨガニードラ★美雪				15:10-16:25 1日 エアフローヨガ★★ KAZUNE 8日 サヤカ 15日 エアフローヨガ★★★ KAZUNE 22日 エアリストラティブYin flow★TAKEC	15:10-16:25 エアフローヨガ★★ YUMIKO 2.16日 エアリストラティブYin flow★
18:30-19:45 ギアゾーンビギナー★ 3日 ギアゾーンヨガLV.Zero★ SAYAKA	18:30-19:45 4.25日 エアフローヨガ★★ 18日 エアリストラティブYin flow★ ユミ		18:30-19:45 6.20日 ビギナーベーシックピラティス★ 13日 エアフローヨガ★★ KAZUNE 27日 ホイールビギナー★ KAZUNE	18:30-19:45 7日 ホイールヨガ★Chisato 14日 ギアゾーンヨガビギナー★アヤ 21日 バンドフローヨガ★★Chisato 28日 ビギナーベーシックピラティス KAZUNE		
20:10-21:25 エアフローヨガ★★ SAYAKA	20:10-21:25 フロアヨガ★★★ ユミ		20:10-21:25 エアフローヨガ★★ 13日 バンドフロー&ピラティス★★ 27日 りらっくすヨガ★KAZUNE KAZUNE	20:10-21:25 7.21日 ギアゾーンヨガビギナー★ Chisato 14日 りらっくすヨガ★アヤ 28日 エアリストラティブYin flow★ アヤ		

エア初心者WS  
2月16日  
9:30~11:30



<定員> ■通常ヨガ/ピラティス → 25名 ■ホイールヨガ→21名 ■エアフローヨガ → 12名