

5月スケジュール

神楽坂スタジオ

営業時間
平日 9:30~22:00
土日 8:15~17:00
祝日 8:15~15:00
※祝日を除く毎週金曜日は休館日です

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
5・12・19・26日	6・13・20・27日	7・14・21・28日	1・8・15・22・29日	2・9・16・23・30日	3・10・17・24・31日	4・11・18・25日
	7:35-8:35 朝ヨガ ★ TOMO 20日		7:35-8:35 朝ヨガ ★ YUI 8日		8:35-9:35 朝ヨガ ★ 3日・17日 Risa 10日・24日・31日 TOMO	8:35-9:35 バンドフローヨガ ★ YUI 18日 ピラティス★★TOMO 25日 朝ヨガ★SHIZUKA
10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ U	10:00-11:15 りらっくすヨガ ★ Nanae	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ YUI	10:00-11:15 ベーシックヨガ ★ 8日・22日 Kazuko 1日・15日・29日 ヴィンヤサフローヨガ★ASAHI		10:05-11:20 エアフローヨガ ★★ TAKEC	10:05-11:20 エアフローヨガ ★★ TOMO 18日・25日 YUI 11日 やさしいエアフローヨガ★TOMO
11:45-13:00 ハタリストラティブヨガ ★ TOMO 19日ピラティス★★ TOMO	11:45-13:00 やさしいエアフローヨガ ★ TOMO 20日 13日 骨盤調整ヨガ★★ Nanae 27日 11:45- 12:45 骨盤メンテナンスヨガ (マタニティ可)	11:45-13:00 ビギナーベーシックピラティス ★ YUI	11:45-13:00 8日・22日 エアリストラティブ YinFlow ★ SHIZUKA		11:50-13:05 ベーシックヨガ ★ YUI	11:50-13:05 ビギナーベーシックピラティス ★ YUKI 25日 POPピラティス★★ YUKI
	13:35-14:35 やさしいエアフローヨガ ★ TOMO 13日・27日		13:35-14:35 ピラティス ★★ YUI 1日・22日 15日 バンドフローヨガ★		13:35-14:50 ピラティス&ストレッチ ★★ AYUKO	13:35-14:50 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ Asuka 11日 エアフローヨガ★★★YUI 25日 エアリストラティブYinFlow★SHIZUKA
5月5日 (月) 8:35-9:35 ピラティス★★★YUI 10:05-11:20 エアフローヨガ★★★U 11:50-13:05 ベーシックヨガ★Asuka 13:35-14:50 ウーマンライフヨガ★★★AI	5月6日 (火祝) 8:35-9:35 ヴィンヤサフローヨガ★ASAHI 10:05-11:20 ギアゾーンヨガビギナー★TAKEC 11:50-13:05 バンドフローヨガ★★★TAKEC 13:35-14:50 エアフローヨガ★★★TOMO				15:20-16:35 ヴィンヤサフローヨガ ★ Nori 10日・24日 テトックスヨガ★★	15:20-16:35 ホイルヨガ ★★ Asuka 4日・18日 ホイルヨガビギナー★
18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ YUI 12日バンドフローヨガ★★★ YUI	18:30-19:45 ホイルヨガビギナー ★ AI	18:30-19:45 ギアゾーンヨガビギナー ★ SAYAKA	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ TOMO			
20:10-21:25 ギアゾーンヨガビギナー ★ MITSUE 26日バンドフローヨガ★★ MITSUE	20:10-21:25 ウーマンライフヨガ ★★ AI	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ SAYAKA	20:10-21:25 りらっくすヨガ ★ ミヤビ		 @YARD_KAGURAZAKA 【Instagram】 インスタグラムでは、 スタジオの様子やイベントを発信！	5月のバンドフローヨガ 5/4(日) 8:35~9:35 YUI 5/6(火祝) 11:50~13:05 TAKEC 5/11(日) 8:35~9:35 YUI 5/15(木) 13:35~14:35 YUI 5/12(月) 18:30~19:45 YUI 5/26(月) 20:10~21:25 MITSUE

※全てのレッスンは予約制となります。