

6月スケジュール

人形町スタジオ

営業時間

平日 → 9:30~22:00
土日 → 8:15~17:00 or 18:00
祝日 → 8:15~15:00 ※毎週金曜日は休館日です。

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
7:20-8:20 朝ヨガ ★ AYUKO				休 館 日	8:30-9:45 ピラティス&フローヨガ ★ AYUKO	8:30-9:45 1日 バンドフローヨガ ★ 8日、15日、22日 朝ヨガ ★ 29日 ホイールヨガビギナー ★ YOSHI
10:00-11:15 ビギナーベーシックピラティス ★ マイコ	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ AYANE	10:00-11:15 4日 ギアゾーンヨガビギナー ★ 11日 ギアゾーンヨガビギナー ★ 18日 バンドフローヨガ ★ 25日 ギアゾーンヨガLV.Zero ★ YURIE	10:00-11:15 フローヨガ ★★ 5日、19日 → あい アロマヨガ ★ 12日、26日 → KEIKO		10:05-11:20 エアフローヨガ ★★ AYUKO	10:05-11:20 1日、22日 ヴィンヤサフローヨガ ★★ Kurumi 8日、15日 ビギナーベーシックピラティス ★ TOMOMI 29日 ベーシックヨガ ★★ AKKO
30日 ピラティス ★★					11:50-13:05 7日 ベーシックヨガ ★ 14日 ベーシックヨガ ★ 21日 バンドフローヨガ ★ 28日 ベーシックヨガ ★ NANO	11:50-13:05 1日 エアフローヨガ ★★ あや 8日 エアフローヨガ ★★ NANO 15日 エアフローヨガ ★★ あや 22日 やさしいエアフローヨガ ★ AYANE 29日 エアフローヨガ ★★ あや
11:45-13:00 エアリストラティブYinFlow ★ NOBUKO	11:45-13:00 3日、17日 アロマヨガ ★ 10日、24日 ベーシックヨガ ★ YOKO	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ NANO	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ AYANE 19日 やさしいエアフローヨガ ★		13:35-14:50 エアフローヨガ ★★ NANO	13:35-14:50 1日 ホイールヨガビギナー ★ NANO 8日 バンドフローヨガ ★ AYANE 15日 ベーシックヨガ ★ AYANE 22日 アロマヨガ ★ AYAKO 29日 ベーシックヨガ ★ AYANE
		13:30-14:45 4日 ホイールヨガビギナー ★ 11日、18日 ベーシックヨガ ★ 25日 バンドフローヨガ ★ NANO	13:30-14:45 バンドフローヨガ ★ AYANE 26日 ベーシックヨガ ★		15:15-16:30 7日 ギアゾーンヨガLV.1 ★★ SAYAKA 14日 ギアゾーンヨガビギナー ★ TAKEC 21日 ギアゾーンヨガビギナー ★ SAYAKA 28日 ギアゾーンヨガLV.1 ★★ Masami	15:15-16:30 エアフローヨガ ★★ AYANE 1日 エアフローヨガ ★★ NANO 8日 やさしいエアフローヨガ ★ AYANE
	17:00-18:00 10日 バンドフローヨガ ★ AYANE 24日 エアフローヨガ ★★ AYNAE				16:50-17:50 14日 バンドフローヨガ ★★ TAKEC 21日 ホイールヨガビギナー ★ SAYAKA 28日 バンドフローヨガ ★ Masami	16:50-17:50 8日 ホイールヨガビギナー ★ NANO 15日 ヨガニードラ ★ KAHO 29日 バンドフローヨガ ★ NANO
18:30-19:45 ベーシックヨガ ★ AYUKO	18:30-19:45 3日、17日 ピラティス&ストレッチ ★★ 10日、24日 ビギナーベーシックピラティス ★ ERI	18:30-19:45 4日、18日 エアフローヨガ ★★ CAO 11日 やさしいエアフローヨガ ★ 25日 エアフローヨガ ★★ AYANE	18:30-19:45 12日、26日 エアリストラティブ YinFlow ★ 19日 エアフローヨガ ★★ ユミ 5日 エアフローヨガ ★★ NANO			
20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ NANO	20:10-21:25 エアリストラティブ YinFlow ★ アヤ	20:10-21:25 ギアゾーンヨガビギナー ★ MOMO	20:10-21:25 フローヨガ ★★★ ユミ			
23日 バンドフローヨガ ★★	24日 ギアゾーンヨガLV.Zero ★	25日 ホイールヨガビギナー ★	5日 ベーシックヨガ ★★ NANO			

※全てのレッスンは予約制となります。