

6月スケジュール

御茶ノ水スタジオ

営業時間

平日: 9:30~22:00
土日祝: 8:15~17:00

運動量小クラス★ 運動量小~中クラス★★★
運動量中クラス★★★★ 運動量中~上クラス★★★★★

月	火	水	木	金	土	日	
				7:20-8:20 朝ヨガ ★ AYUKO	8:35-9:35 ギアゾーンヨガビギナー ★ SAYAKA	8:35-9:50 ヴィンヤサフローヨガ ★ YURIE	
10:00-11:15 健やかに過ごすためのヨガ ★★ KAE		10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ SAYAKA	10:00-11:15 5日 アロマヨガ★ AYAKO 12日・19日 ベーシックヨガ★ 由布子 26日 バンドフローヨガ★ AYAKO	10:00-11:15 ピラティス ★★ YUNA	10:05-11:20 エアリストラティブImFlow★ 7日・21日 AYAKO エアフローヨガ★★ 14日・28日 SAYAKA	10:20-11:20 ビギナーベーシックピラティス マイコ 8日 TAKEEC	
11:45-13:00 16日 エアフローヨガ★★ 9日・30日 エアリストラティブYinFlow★ ホィールビギナー★ 2日・23日 KAE		11:45-13:00 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ SAYAKA	11:45-13:00 5日・26日 エアリストラティブYinFlow★ AYAKO 12日・19日 エアフローヨガ★★ 由布子	11:45-13:00 ベーシックヨガ ★ YUNA	11:40-13:10 ギアゾーンヨガLv.2★★★★ MITSUE 11:40-12:55 14日 バンドフローヨガ★	11:50-12:50 1日・22日 ホィールヨガビギナー★ 8日 エアフローヨガ★★ 15日 バンドフローヨガ★ 29日 バンドフローヨガ&ピラティス★ YOSHI	
13:30-14:30 エアフローヨガパーソナル体験 KAE 2日・9日・16日・23日・30日	パ ー ソ ナ ル D A Y		13:30-15:00 ギアゾーンヨガLv.1&2 ★★★★ HIROMI	13:30-14:30 20日 やさしいエアフローヨガ ★ ミキ	13:35-14:50 7日 エアフローヨガ★★★ 10日・28日 ホィールヨガ★★★★ 21日 13:30-15:00 14日 13:15-14:45 ギアゾーンヨガLv.2★★★★ MITSUE	13:20-14:50 ギアゾーンヨガビギナー ★ YOSHI	
15:15-16:15 エアフローヨガパーソナル体験 AYAKO 2日・16日・23日・30日				17:00-18:00 5日・19日 バンドフローヨガ★ 12日 ピラティス&ストレッチ★ 26日 ギアゾーンヨガビギナー★ TAKEC	17:00-18:00 27日 ベーシックヨガ ★ SAYAKA	15:20-16:35 アロマヨガ★ AYAKO 14日 サヤカ	15:20-16:20 エアフローヨガ★★ 15日 やさしいエアフローヨガ★ 由布子 1日・8日 NAO
18:30-19:45 アロマヨガ★ AYAKO 9日 ベーシックヨガ★ 由布子			18:30-19:45 エアフローヨガ★★ maya 11日 エアリストラティブYinFlow★	18:30-19:45 5日 ギアゾーンヨガビギナー★ 12日 ギアゾーンヨガLv.1★★ 19日 ギアゾーンヨガLv.1&2★★★★ 26日 ギアゾーンヨガLv.2★★★★★ TAKEC	18:30-19:45 6日・20日 エアフローヨガ★★ 13日 ベーシックヨガ★ 27日 ホィールヨガビギナー★ SAYAKA	15:20-18:20 6月7日(土) ~結果を気にしすぎるあなたへ~ ヨガ哲学 KARI	16:45-18:00 15日・29日 ベーシックヨガ★ 由布子
20:10-21:25 エアフローヨガ★★ 9日 由布子 23日 AYAKO 2日・16日・30日 エアリストラティブYinFlow★ AYAKO			20:10-21:25 ベーシックヨガ★ maya 25日 バンドフローヨガ★ maya	20:10-21:25 26日 バンドフロー&ギアゾーンビギナーヨガ★ 12日 ホィールヨガビギナー★ 5日 エアフローヨガ★★ 19日 ビギナーベーシックピラティス★ TAKEC	20:10-21:25 ギアゾーンヨガビギナー ★ SAYAKA		

全てのレッスンは予約制となります。

(定員) ■ 常温ヨガ / ヨガホィール / ピラティス = 10名 ■ エアリアルヨガ = 7名

