

6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
運動量中クラス
運動量大クラス

月	火	水	木	金	土	日
2,9,16,23,30	3,10,17,24		5,12,19,26	6,13,20,27	7,14,21,28	1,8,15,22,29
				7:30-8:30	8:35-9:35	8:35-9:35
				朝ヨガ★	ハタ&リストラティブヨガ★	朝ヨガ★
				美雪 ↑ 6,13,20日	KAYOKO	KAZUNE 15日 NAO 22日 HIKARU
						*8日のみ8:00~9:00となります。
10:00-11:15 ベーシックヨガ★ Yuki 9日 りらっくすヨガ★ KAZUNE 23日 バンドフローヨガ★ KAZUNE	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ 10日 バンドフローヨガ★★ 24日 りらっくすヨガ★ KAZUNE KAZUNE		10:00-11:15 健やかに過ごすためのヨガ★★ KAE	10:00-11:15 6,20日 ビラティス&ストレッチ★ 13,27日 ビギナーベーシックビラティス★ EMI	10:05-11:20 ハタヴィンヤサヨガ★★★ 14日 ホイールビギナー★ 20日 バンドフローヨガ★ KAYOKO	10:05-11:20 エアフローヨガ★★ Yuki 29日 KAZUNE 15日 身体が硬い人のためのヨガ★ NAO
11:45-13:00 やさしいエアフローヨガ★ Yuki 9日 ビギナーベーシックビラティス★ KAZUNE 23日 エアフローヨガ★ 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★★ 12日 エアリストラティブYin flow★ 19日 ホイールビギナー★	11:45-13:45 13日 ギアゾーンヨガLV.3★★★★★ 27日 ギアゾーンヨガLV.1&2★★★★ 11:45-13:30 20日 バンドフローヨガ★★★ SHU 11:45-13:00 6日 ヴィンヤサフローヨガ★ AKKO	11:50-13:05 ビラティス★★ KAZUNE	11:50-13:05 1日 バンドフロー&ギアゾーンヨガビギナー★ HIKARU 8,15,29日 ヴィンヤサフローヨガ★ Kurumi 22日 ギアゾーンヨガビギナー★ 美雪
	13:10-14:10 お子様と参加 通常会員様 産後ヨガ★ NOBUKO	休館日	15:00-16:00 5,26日 ヴィンヤサフローヨガ★ KAZUNE		13:35-14:50 エアフローヨガ★★ Yuki 21日 エアリストラティブYin flow★ アヤ	13:35-14:50 ビラティス★★★ YUMIKO
				16:45~17:45 13,20日 バンドフローヨガ★ KAZUNE	15:10-16:25 ベーシックヨガ★ 7日 バンドフローヨガ★★ Yuki 21日 りらっくすヨガ★ AKKO	15:10-16:25 エアフローヨガ★★ YUMIKO 8日 エアリストラティブYin flow★ アヤ 22日 ホイールビギナー★ アヤ
18:30-19:45 ギアゾーンビギナー★ 2日 ギアゾーンヨガLV.Zero★ SAYAKA	18:30-19:45 17日 エアフローヨガ★★ 10,24日 エアリストラティブYin flow★ ユミ 3日 エアフローヨガ★ Yuki		18:30-19:45 5日 ビギナーベーシックビラティス★ KAZUNE 12日 ベーシックヨガ★ Yuki 19日 バンドフローヨガ★ KAZUNE 26日 バンド&ビラティス★ KAZUNE	18:30-19:45 6,20日 エアフローヨガ★ Yuki 13,27日 ビラティス&ストレッチ★ YUMIKO	16:45-17:45 7,14,28日 エアフローヨガ★★★ KAZUNE	
20:10-21:25 エアフローヨガ★★ SAYAKA	20:10-21:25 フローヨガ★★★ ユミ 3日 ベーシックヨガ★ Yuki		20:10-21:25 5,19日 エアフローヨガ★ KAZUNE 12日 ホイールビギナー★ Yuki 26日 りらっくすヨガ★ KAZUNE	20:10-21:25 6日 ホイールビギナー★ Yuki 13日 エアフローヨガ★ YUMIKO 20日 ベーシックヨガ★ Yuki 27日 エアリストラティブYin flow★ YUMIKO		

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

エア初心者WS

6月8日

9:30~11:30

