6月スケジュール

熊本スタジオ

※毎週火曜日は休館日です。

営業時間
平日: 9:30～22:00
土日: 8:15～17:00
祝日: 8:15～15:00

運動量小：★　運動量小～中：★★　運動量中～大：★★★
運動量小：★★　運動量小～中：★★★　運動量中～大：★★★★

6月22日（日）07:10~08:10 朝ヨガ★MOERI

6月22日（日）10:00～12:00 初心者向けエアフローヨガWS

月	火	水	木	金	土	日
					8:30-9:30 骨盤メンテナンス(マタニティ可) ★ MAI（7日･21日）	8:30-9:30 朝ヨガ ★ ASUKA（1日）
					朝ヨガ ★ チコ(14日･28日)	ビギナーピラティス ★ SENRI（8日･15日･22日･29日）
10:30-11:45 ハタ･リストラティブヨガ ★ MASUMI		10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ ともこ	10:00-11:15 アロマヨガ ★ Mana	10:00-11:15 ベーシックヨガ ★ MIKI MOERI(20日)	10:00-11:15 リフレッシュヨガ ★★ yorika	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ MOERI
12:00-13:00 ピラティスストレッチ ★ MASAE	休館日	11:45-13:00 リセットヨガ ★★ ともこ チェアヨガ（25日）	11:45-13:00 ヴィンヤサフローヨガ ★★ Mana	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ MIKI MOERI(20日)	11:45-13:00 ピラティス ★★ MOERI バンドフロー＆ピラティス★★（14日）	11:45-13:00 ボディシェイプヨガ ★★ MOERI
			14:00-15:00 背中美人ヨガ ★★ ASUKA（12日のみ）		13:30-14:45 エアフローヨガ ★★ まさき（7日･21日） MIKI(14日･28日)	13:30-14:45 ベーシックヨガ ★ Mami
15:30-16:30 やさしいエアフローヨガ ★ MOERI(2日) ユキ（16日･30日）			15:30-16:30 ビギナーベーシックピラティス ★ MOERI（5日･19日） やさしいエアフローヨガ★(26日)		15:15-16:15 バンドフローヨガ ★ MOERI（7日･21日） フローヨガ ★★ MOERI（14日･28日）	15:15-16:15 やさしいエアフローヨガ ★ MOERI バンドフロー＆ピラティス★（22日）
18:45-19:45 エアフローヨガ ★★ ユキ(9日･16日･30日) MOERI(2･23日)		18:30-19:45 ベーシックヨガ ★ Mami	18:30-19:45 リフレッシュヨガ ★★ yorika	18:45-19:45 りらっくすヨガ ★ まさき		
20:10-21:25 自律神経が整う夜ヨガ ★★ しのぶ		20:10-21:25 リフレッシュヨガ ★★ まさき	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ yorika	20:10-21:25 ベーシックヨガ ★ チコ		

※全てのレッスンが予約制となります。＜定員＞ ■通常ヨガ／ピラティス／ホイールヨガ → 20名　■エアフローヨガ → 12名