

7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
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	5・12・19・26日	6・13・20・27日
7:35-8:35 朝ヨガ ★ 14日 TOMO		7:35-8:35 朝ヨガ ★ 2日 YUI			8:35-9:35 朝ヨガ ★ 5日 TOMO 12日・26日 Risa 19日 ハンドフローヨガ★ YUI	8:35-9:35 バンドフローヨガ ★ YUI 13日 ビラティス★★ TOMO 20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 ベーシックヨガ ★ ASAHI	10:00-11:15 ベーシックヨガ ★ 10日・24日 kazuko 17日 ウィンヤサフローヨガ★ ASAHI 3・31日 エアフローヨガ★ YUI		10:05-11:20 エアフローヨガ ★★ TAKEC	10:05-11:20 やさしいエアフローヨガ ★ 6日TOMO/20日YUI エアフローヨガ★★13日 YUI 27日 エアリストラティブYinFlow★ SHIZUKA
11:45-13:00 ハタ&リストラティブヨガ ★ 7日・14日 TOMO 28日 ウィンヤサフローヨガ★ SHIZUKA	11:45-13:00 やさしいエアフローヨガ ★ YUI 8日・29日 骨盤調整ヨガ★★ Nanae 22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 エアフローヨガ ★★ 2日・16日 YUI 30日 TOMO 23日 エアリストラティブYinFlow★ SHIZUKA	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ YUI 17日 TAKEC / 24日 あや 3日・31日 ビギナーベーシックピラティス★ YUI		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 6日 TOMO
7月21日 (月祝) 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 ホィールヨガビギナー★Asuka 13:35-14:50 ポディシエイブヨガ★★★ayami	13:35-14:35 ピラティス ★★ YUI 15日	13:35-14:35 エアフローヨガ ★★ TOMO 9日 30日 ビラティス★★ TOMO	13:35-15:35 エアフローヨガ初心者向けWS YUI&TOMO 10日		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 6日 エアフローヨガ★★ YUI 20日 エアフローヨガ★★★ YUI
					15:20-16:35 ウィンヤサフローヨガ ★ Nori 12日・26日 デトックスヨガ★★	15:20-16:35 ホィールヨガ ★★ Asuka 13日・27日 ホィールヨガビギナー★
18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ YUI 7日 エアフローヨガ★★★	18:30-19:45 ホィールヨガビギナー ★ AI	18:30-19:45 ピラティス&フローヨガ★ ★ YUI 2日・16日 ビラティス&ストレッチ TOMO	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ TOMO 24日 YUI			
20:10-21:25 ギアゾーンヨガビギナー ★ MITSUE 28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 ★★ YUI 2日・16日 やさしいエアフローヨガ★ TOMO	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！	7月のバンドフローヨガ 7/6(日) 8:35～9:35 YUI 7/19(土) 8:35～9:35 YUI 7/27(日) 8:35～9:35 YUI 7/28(月) 20:10～21:25 MITSUE

※全てのレッスンは予約制となります。