10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：★★★★

月	火	水	木	金	土	日
	休館日				8:30-9:30 朝ヨガ ★ Mana（4･18日） チコ(11･25日）	8:30-9:30 朝ヨガ ★ ASUKA（5日）
						ビギナーピラティス ★ SENRI（19･26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（2･23･30日）	10:00-11:15 ベーシックヨガ ★ MIKI	10:00-11:15 アロマヨガ★ Mana（4日） YUKIKO（11･18日） wakana（25日）	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ MOERI
		アロマヨガ★(15日）Mana	ハタ･リストラティブヨガ★ MASUMI（9･16日）			
12:00-13:00 ピラティスストレッチ ★ MASAE		11:45-13:00 リセットヨガ★★（8日）ともこ チェアヨガ★（22日）ともこ ヴィンヤサフローヨガ★★（15日）Mana	11:45-13:00 ヴィンヤサフローヨガ ★★ Mana MASUMI（9日）	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ MIKI	11:45-13:00 ピラティス★★ （11･25日） エア･リストラティブYinFlow★ （4･18日） MOERI	11:45-13:00 ボディシェイプヨガ ★★ MOERI
		ピラティス＆ストレッチ★★ ともこ（1･29日）				
10月13日（月） 08:30-09:30 ピラティス★★SENRI 10:00-11:15アロマヨガ★しのぶ 11:45-13:00エア・リストラティブYinFlow★MOERI 13:30-14:30バンドフロー＆ピラティス★MOERI			14:00-15:00 背中美人ヨガ ★★ ASUKA（23日のみ）		13:30-14:45 エアフローヨガ ★★ まさき	13:30-14:45 ベーシックヨガ ★ Mami
					15:15-16：15 バンドフローヨガ ★ MOERI	15:15-16:15 やさしいエアフローヨガ ★ MOERI
18:45-19:45 エアフローヨガ ★★ ユキ		18:30-19:45 ベーシックヨガ ★ まさき	18:30-19:45 アロマヨガ ★ wakana	18:45-19:45 ビギナーベーシックピラティス ★ MOERI		10月12日（日） 10:00～12:00 エアフローヨガ初心者WS
20:10-21:25 自律神経が整う夜ヨガ ★★ しのぶ（6･20日）		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★★ （2･16･30日）	20:10-21:25 ベーシックヨガ ★ チコ		
夜ヨガ★★ YUKIKO（27日）			エア･リストラティブYinFlow★ （9･23日） MOERI			