

2月スケジュール

川口スタジオ

営業時間

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

※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: ★★★

運動量小: リストラティブYinflow 運動量小～中: Lv.1 運動量中: Lv.1&2

月	火	水	木	金	土	日	
10:00-11:15 2日エリストラティブYinFlow★ 9日 エアフローヨガ★★ 16日 ハンドフロー&ピラティス★ TAKEC	10:00-11:15 アライメントヨガ★★ Hitomi	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ 4.18日 SHIZU 25日 Eri	10:00-11:15 5.19日 コンディショニングヨガ★★ yuki 12日 ギアゾーンヨガビギナー★ 26日 ホイールヨガビギナー★ しなこ		8:35-9:35 朝ヨガ★ U	8:35-9:35 朝ヨガ★ SHIZU 8日 ピギナーベーシックピラティス★ TAKEC	
11:45-13:00 2日 ギアゾーンヨガビギナー★ 9日 ギアゾーンヨガ Lv.Zero★ 16日 ホイールヨガビギナー★ TAKEC	11:45-13:00 エアフローヨガ★★ MIKA	11:45-13:00 ベーシックヨガ★ 4日 SHIZU 25日 Eri 18日 ハンドフローヨガ★★ SHIZU	11:45-13:00 ピギナーベーシックピラティス★ YUKI		10:05-11:20 エアフローヨガ★★ U	10:05-11:20 アロマヨガ★ Eri 8日 ギアゾーンヨガ Lv.Zero★ TAKEC	
23日(月) 祝日プログラム 8:35-9:35 朝ヨガ(アロマ)★ Haruka 9:55-11:10 陰陽ヨガ★★ Haruka 11:40-12:55 エアフローヨガ★★ SHIZU 13:20-14:35 ピギナーベーシックピラティス★ SHIZU		11日(水) 祝日プログラム 8:35-9:35 朝ヨガ(アロマ)★ Eri 10:10-11:10 POPピラティス★★ YUKI 11:45-13:00 ギアゾーンヨガビギナー★ TAKEC 13:20-14:35 エアフローヨガ★★ TAKEC	13:30-14:30 5.19日 産後ヨガ(通常会員参加可)★ 12.26日 骨盤メンテナンスヨガ(マタニティ可)★ Eri	★New Class★ 『産後ヨガ』 3歳までの子さま参加可♪	11:50-13:05 ベーシックヨガ★ モモ 21日 SHIZU	13:35-14:50 ピギナーベーシックピラティス★ SHIZU 21日 YUKI	13:35-14:50 ヴィンヤサフローヨガ★ SHIZU 8日 アロマヨガ★ Eri
18:30-19:45 ヴィンヤサフローヨガ★★ Haruka	3.17日 18:30-19:45 ベーシックヨガ★ ANNA 10.24日 18:45-19:45 ピギナーベーシックピラティス★ SHIZU	18:30-19:45 エアフローヨガ★★ 4.18日 Eri 25日 MIKA	18:30-19:45 フローヨガ★★ chieko 12日 SHIZU 19日 Eri	16:00-17:00 26日 やさしいエアフローヨガ★ SHIZU	15:20-16:20 エリストラティブYinFlow★ MIKA	15:20-16:20 ホイールヨガビギナー★ chisato	
20:10-21:25 アロマヨガ★ Haruka	20:10-21:25 エアフローヨガ★★ 10日 SHIZU 3.17日 ANNA	20:10-21:25 アロマヨガ★ 4.18日 Eri	20:10-21:25 エアフローヨガ★★ chieko 12日 SHIZU 19日 MIKA				
※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→22名 ■エアフローヨガ→10名 ■WS→22名							