

## 2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 運動量小〜中クラス  
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	3,10,17,24		5,12,19,26	6,13,20,27	7,14,21,28	1,8,15,22
10:00-11:15 ベーシックヨガ★ KAORI 9日 YUKIE	10:00-11:15 3日 エアフローヨガ★★ 10日 やさしいエアフローヨガ★ 24日 バンドフローヨガ★★ KAZUNE 17日 ベーシックヨガ★由布子		10:00-11:15 ハタ&リストラティブヨガ★ KAE	10:00-11:15 ビギナーベーシックピラティス★ EMI	10:05-11:20 ハタヴィンヤサヨガ★★★ 14日 ホイールビギナー★ 28日 バンドフローヨガ★★ KAYOKO	10:05-11:20 エアフローヨガ★★ 1日 KAZUNE 22日 Yuki 8,15日 バンドフローヨガ★★NAO
11:45-13:00 2日 エアフローヨガ★★ 16日 エアリストラティブYin flow★ KAORI 9日 エアフローヨガ★★momoca	11:45-12:45 骨盤メンテナンスヨガ★ (マタニティ可) NOBUKO 通常会員様、妊婦さん 参加OK		11:45-13:00 5,26日 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★ KAE	11:45-13:45 20日 ギアゾーンヨガLV.3★★★★★ 27日 ギアゾーンヨガLV.1&2★★★ SHU	11:50-13:05 ピラティス★★ 21日 バンド&ピラティス★★ KAZUNE 28日 ピラティス★★Eriko	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日 身体が硬い人のためのヨガ★NAO 22日 ギアゾーンヨガビギナー★美雪
13:30-14:45 16日 エアフローヨガ★★ momoca	13:10-14:10 産後ヨガ★ NOBUKO お子様と参加、通常会員様 参加OK			11:45-13:00 6日 バンドフローヨガ★★KAZUNE 11:30-12:30 13日 バンドフローヨガ★KAZUNE	13:35-14:50 14,21,28日 エアフローヨガ★★ momoca	13:35-14:50 ピラティス★★★★ YUMIKO
2月23日(月) 8:35-9:35 ギアゾーンヨガ★SAYAKA 10:00-11:15 ホイールヨガビギナー★SAYAKA 11:40-12:55 ヴィンヤサフローヨガ★KAZUNE 13:20-14:35 エアフローヨガ★★KAZUNE		2月11日(水) 8:35-9:35 やさしいエアフローヨガ★momoca 10:00-11:15 ベーシックヨガ★KAZUNE 11:40-12:55 ホイールヨガビギナー★KAZUNE 13:20-14:35 ギアゾーンヨガビギナー★アヤ		18:30-19:45 5日 ホイールビギナー★ 12日 ベーシックヨガ★ 19日 バンドフローヨガ★★ KAZUNE 26日 りらっくすヨガ★YUKIE	15:10-16:25 アロマヨガ★ サヤカ	15:10-16:25 1,15日 エアフローヨガ★★YUMIKO 8日 ホイールヨガビギナー★AYA 22日 エアリストラティブYin flow★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 3,17日 エアフローヨガ★★ 10,24日 エアリストラティブYin flow★ ユミ		18:30-19:45 5日 ホイールビギナー★ 12日 ベーシックヨガ★ 19日 バンドフローヨガ★★ KAZUNE 26日 りらっくすヨガ★YUKIE	18:30-19:45 6,20日 エアフローヨガ★★ momoca 13,27日 バンドフローヨガ★★ Eriko	16:45-17:45 14,21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 フロアヨガ★★★★ ユミ		20:10-21:25 5日 やさしいエアフローヨガ★ 12日 バンドフローヨガ★★ 19日 エアフローヨガ★★ KAZUNE 26日 エアフローヨガ★★YUKIE	20:10-21:25 ギアゾーンビギナー★ 6日 HIKARU 20日 アヤ 13,27日 ビギナーベーシックピラティス★ Eriko	<div>           ✨ 脚の歪み改善と土台作りWS 🍷            2/7(土) 11:50~14:50            担当 KAZUNE            会員様:¥4,500 非会員様:¥5,000         </div>	

&lt;定員&gt;■通常ヨガ/ピラティス → 25名 ■ホイールヨガ→21名 ■エアフローヨガ → 12名