

4月スケジュール 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 ★

月	火	水	木	金	土	日
		休館日			8:35-9:35 やさしいエアフローヨガ ● Yoshiko	8:35-9:35 12日 ホイールヨガピギナー★AI 朝ヨガ★ 19日 Yoshiko 26日 CHII
10:00-11:15 やさしいエアフローヨガ ● 20日/27日 CHII	10:00-11:15 エアフローヨガ ●★ CHII	10:00~11:15 健やかに過ごすためのヨガ★ KAE 11:45 - 13:00 エアフローヨガ★★ KAE	10:00-11:15 ハタ&リストラティブヨガ ● KAE	10:00-11:15 ピギナーベーシックピラティス★ EMI	10:05-11:20 ベーシックヨガ ● MAKO	10:05-11:20 エアフローヨガ ●★ Yoshiko 26日 Yuki
11:45-13:00 ベーシックヨガ ● MINEKO	11:45-12:45 骨盤メンテナンスヨガ ● (マタニティ可) NOBUKO	18:30 - 19:45 ギアゾーンヨガピギナー★ アヤ 20:10 - 21:25 エアフローヨガ★★ CHII	11:45-13:00 16日 ホイールヨガピギナー★ 23日 エアフローヨガ ●★ 30日 エアリストラティブYin flow ● KAE	11:45-13:00 エアフローヨガ ●★ Yoshiko	11:50-13:05 ピギナーベーシックピラティス★ MAKO	11:50~13:05 ギアゾーンヨガピギナー★ 12日/26日 YURIE 19日 TAKEC
	13:10-14:10 産後ヨガ ● (通常会員様参加可) NOBUKO	29日 祝日プログラム			13:35-14:50 エアフローヨガ ●★ CHII	13:35-14:50 19日 ギアゾーンヨガ Lv.zero★TAKEC 12日/26日 バンドフローヨガ ●★ YURIE
		8:35 - 9:35 朝ヨガ ● KAE 10:00 - 11:15 エアフローヨガ ●★ KAE 11:40 - 12:55 ベーシックヨガ ●★ Yoshiko 13:20 - 14:35 エアフローヨガ ●★ CHII			15:10-16:25 18日 ウーマンライフヨガ ●★ 11日/25日 ホイールヨガピギナー★ AI	15:10-16:25 エアフローヨガ ●★ CHII 19日 TAKEC
18:30-19:45 ベーシックヨガ ●★ 20日/27日 Yoshiko	18:30-19:45 21日 エアフローヨガ ●★ 28日 エアリストラティブYin flow ●★ YUKIE		18:30-19:45 ベーシックヨガ ● AYUKO	18:30-19:45 10日 ベーシックヨガ ●MAKO 17日 エアリストラティブYin flow ● KAE 24日 バンドフローヨガ ●★ Eriko		
20:10-21:25 エアフローヨガ ●★ 20日/27日 Yoshiko	20:10-21:25 ギアゾーンヨガLv.1 ●★ YUKIE		20:10-21:25 エアフローヨガ ●★ 16日 CHII 23日/30日 Yuki	20:10-21:25 10日/17日 ギアゾーンピギナー★ アヤ 24日 ピギナーベーシックピラティス★ Eriko		