

5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

運動量小クラス：★
 運動量小〜中クラス：★★
 運動量中クラス：★★★

※祝日を除く毎週金曜日は休館日です

月	火	水	木	金	土	日
					8:35-9:35 朝ヨガ ★ 9日・23日 Risa/16日 TOMO ホイルヨガビギナー★ 2日・30日 CHIE	8:35-9:35 朝ヨガ ★ 3日・10日・24日 TOMO バンドフローヨガ★ 17日・31日 TOMO
10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ U	10:00-11:15 ストレッチ&フローヨガ★★★ 19日 境井友萌 ヴィンヤサフローヨガ★★★ 12日・26日 Nanae	10:00-11:15 ベーシックヨガ ★ ASAHI	10:00-11:15 エアフローヨガ★★★ 7日・21日 CHIE 14日・28日 TOMO		10:05-11:20 やさしいエアフローヨガ★ 2日・16日・30日 TAKEC 9日・23日 エアリストラティブYinFlow★	10:05-11:20 エアフローヨガ★★★ 3日・31日 CHIE/10日 TOMO 17日・24日 Tsukasa
11:45-13:00 エアリストラティブYinFlow★ SHIZUKA 11:45-12:45 11日 TOMO	11:45-12:45 ビギナーベーシックピラティス★ 19日 境井友萌 骨盤メンテナンスヨガ★ (マタニティ可) 12日・26日 Nanae	11:45-13:00 エアフローヨガ★★★ 13日・27日 TOMO ホイルヨガビギナー★ 20日 CHIE	11:45-13:00 ベーシックヨガ ★ NAOMI		11:50-13:05 ギアゾーンヨガビギナー★ TAKEC	11:50-13:05 ビギナーベーシックピラティス ★ YUKI 11:50-12:50 31日 POPピラティス★★YUKI
	13:15-14:30 エアフローヨガ★★★ 26日 CHIE やさしいエアフローヨガ★ 19日 TOMO		13:30-14:30 ピラティス&ストレッチ ★ 21日 TOMO		13:35-14:50 ピラティス&ストレッチ ★★ AYUKO	13:35-14:50 ベーシックヨガ ★ Asuka
5月4日(月) 8:35-9:35 朝ヨガ★CHIE 10:05-11:20 エアフローヨガ★★★ U 11:50-13:05 ベーシックヨガ★ Asuka 13:35-14:50 ホイルヨガビギナー★ Asuka	5月5日(火) 8:35-9:35 ビギナーベーシックピラティス★ 境井友萌 10:05-11:20 エアフローヨガ★★★ TOMO 11:50-13:05 ホイルヨガビギナー★ AI 13:35-14:50 ウーマンライフヨガ★★★ AI	5月6日(水) 8:35-9:35 バンドフローヨガ★TOMO 10:05-11:20 ベーシックヨガ★ ASAHI 11:50-13:05 やさしいエアフローヨガ★ TOMO 13:35-14:50 ヴィンヤサフローヨガ★★★ CHIE	13:30-14:45 14日 ハタ&リストラティブヨガ★ TOMO		15:20-16:35 デトックスヨガ ★★ Nori 9日・23日 ヴィンヤサフローヨガ★	15:20-16:35 ホイルヨガ ★★ Asuka 10日・24日 ホイルヨガビギナー★
18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ YOSHIKO	18:30-19:45 ホイルヨガビギナー ★ AI	18:30-19:45 ヴィンヤサフローヨガ★ 13日・27日 CHIE ピラティス&ストレッチ★ 20日 TOMO	18:30-19:45 りらくすヨガ★ 7日・21日 TOMO やさしいエアフローヨガ★ 14日・28日 CHIE		17:00-18:00 エアフローヨガ★★★ 2日・30日 TOMO 9日・16日・23日 CHIE	
20:10-21:25 ハタ&リストラティブヨガ★ 25日 TOMO ベーシックヨガ★ 11日・18日 CHIE	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★★★ 13日・27日 CHIE エアリストラティブYinFlow★ 20日 TOMO	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ Tsukasa			

Check it out★



@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！

※全てのレッスンは予約制となります。