

6月スケジュール

北千住スタジオ

営業時間

平日 → 9:30~22:00

土日 → 8:15~17:00

祝日 → 8:15~15:00

※毎週木曜日は休館日です。

運動量小クラス ★ 運動量中クラス ★★ 運動量大クラス ★★★

月	火	水	木	金	土	日	
			定休日			8:20-9:35 朝ヨガ ★ あすか	8:35-9:35 エアフローヨガ ★★ Shary
10:00-11:30 ギアゾーンヨガLv.1&2 ★★★ Masami	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ Shary 16日やさしいエアフローヨガ★	10:00-11:15 ビギナーベーシックピラティス ★ EMI 10日 ビギナーピラティス&ホイール★		10:00-11:15 エアフローヨガ★★ YU 5日やさしいエアフローヨガ★ Shary	10:05-11:20 エアリストラティブYinFlow ★ YU	10:05-11:20 7日 ハタ&リストラティブヨガ★ aki 14日 ヴィンヤサフローヨガ★YU 21日 バンドフローヨガ ★★ aki 28日 ホイールヨガビギナー★AKIKA	
12:00-13:15 エアフローヨガ★★ YU→1日、8日、29日 Shary →15日、22日 ※15日のみ60分クラス	11:45-13:45 16日、23日、30日 ギアゾーンヨガLv.3 ★★★★★ SHU	11:45-13:00 3日、10日 エアフローヨガ ★★★ 17日、24日 エアフローヨガ ★★ MITSUE		11:45-13:00 ヴィンヤサフローヨガ ★ YU 5日ベーシックヨガ★Shary 12日、26日 ホイールヨガビギナー★	11:50-13:05 6日、20日 アロマヨガ ★ サーヤ 13日、27日 ギアゾーンヨガビギナー★ SAYAKA	11:50-13:05 エアフローヨガ ★★ YU 28日やさしいエアフローヨガ★AKIKA 21日 エアリストラティブYinFlow★ maya	
	11:45-13:00 2日、9日ギアゾーンヨガビギナー★ YURIE	13:30-15:00 3日、10日 ギアゾーンヨガLv.1&2 ★★★ 24日 ギアゾーンヨガLv.2 ★★★★★ 13:30-14:45 17日 ホイールヨガ★ MITSUE			13:35-14:50 6日 やさしいエアフローヨガ★ サーヤ エアフローヨガ ★★ 13日、27日→SAYAKA 20日 →サーヤ	13:35-14:35 7日、14日 ベーシックヨガ ★ Shary 21日 ギアゾーンヨガビギナー★ maya 28日 りらっくすヨガ★ 晴渚	
					15:20-16:35 6日、13日 ベーシックヨガ★Shary 20日、27日 ホイールヨガビギナー★ YU	15:00-16:15 7日ギアゾーンヨガビギナー★ MOMO 14日 ホイールヨガビギナー★ MOMO 21日 ベーシックヨガ ★ momoca 28日 ギアゾーンヨガビギナー★ 美雪	
18:45-19:45 ピラティス★★ Kumiko 22日バンドフローヨガ★★YU	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ YU	18:30-19:45 ベーシックヨガ★ Shary 3日 ヴィンヤサフローヨガ★ YU		18:30-19:45 エアリストラティブYinFlow ★ YUKIE	17:00-18:15 6日、13日 バンドフローヨガ★★YU 20日 ヴィンヤサフローヨガ★ セヒ 27日 ベーシックヨガ ★ kei		
20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ Tsukasa 8日、22日→★★★	20:10-21:25 ヴィンヤサフローヨガ ★ YU 9日ホイールヨガビギナー★ 23日バンドフローヨガ★★	20:10-21:25 エアフローヨガ★★ Shary 10日やさしいエアフローヨガ★ 3日 エアフローヨガ★★ YU		20:15-21:30 ギアゾーンヨガLv.1 ★★ YUKIE			

※全てのレッスンは予約制となります。

<定員> ■ヨガ/ピラティス/ホイールヨガ/バンドフロー：20名 ■エアフローヨガ：8名 ■ギアゾーンヨガLvZERO：17名

