

6月スケジュール

清澄白河スタジオ

平日9:30~22:00 ※月曜定休日
 土日8:15~17:00
 祝日8:15~15:00

<クラス運動量> 小★ 小~中★★ 中★★★

<定員> ■通常ヨガ/ピラティス 20名 ■エアフローヨガ 11名 ■WS 20名

月	火	水	木	金	土	日
					8:35-9:35	8:35-9:35
					6・27日 りらくすヨガ★MIZUHO 9日 ホイールヨガピグナー★SARI 20日 やさしいエアフローヨガ★KAZUNE	朝ヨガ★ 14日 やさしいエアフローヨガ★ KAZUNE
	10:00-11:15	10:00-11:15	10:00-11:15	10:00-11:15	10:00-11:15	10:05-11:20
	ギアゾーンヨガzero★ RIKA	ピグナーベーシックピラティス★ YUMIKO	ホイールヨガピグナー★ YURIE	エアフローヨガ★★ mava 26日 エアリストラティブYinFlow★	6・27日 ハタフローヨガ★★MIZUHO 13日 ベーシックヨガ★アヤ 20日 ギアゾーンヨガピグナー★mava	エアフローヨガ★★ kuu
	11:45-13:00	11:45-13:00	11:45-13:00	11:45-13:00	11:35-12:50	11:50-13:05
	ギアゾーンヨガピグナー★ RIKA	骨盤メンテナンスヨガ★ (女性限定・マタニティ可) NOBUKO	ギアゾーンヨガzero★ 18日 バンドフローヨガ★★ YURIE	5・19日 ヴィンヤサフローヨガ★★ 晴渚 12・26日 りらくすヨガ★ あい	6・27日 バンドフローヨガ★★KAZUNE 13・20日 ハタ&リストラティブヨガ★MIZUHO	ピグナーベーシックピラティス★ 28日ピラティス★★ YUMIKO
		13:30-14:45	13:30-14:30	13:30-15:30	13:10-14:25	13:35-14:50
		エアリストラティブ Yin Flow★ 3・17日 NOBUKO 陰ヨガ★ 10・24日 NOBUKO	やさしいエアフローヨガ★ 4・11・18日 KAZUNE	ギアゾーンヨガLV1&2 5・12・26日 SHU	6・27日ピグナーベーシックピラティス★ KAZUNE 13・20日アロマヨガ★ AYAKO	アロマヨガ★ AYAKO
		15:00-16:00			14:50-16:05	15:20-16:35
		10・24日産後ヨガ★(お子様連れ可) NOBUKO 3・17日ベーシックヨガ★ KAZUNE			エアフローヨガ★★ YURI	7・21日エアフローヨガ★★ 14・28日ホイールヨガピグナー★ KAZUNE
	18:45-19:45	18:30-19:30	18:45-19:45	18:45-20:00	16:35-17:50	
	ピグナーベーシックピラティス★ 23日 フローピラティス★★ YASUYO	エアリストラティブ Yin Flow★ YUKIE	ピグナーベーシックピラティス★ KAZUNE	エアリストラティブ Yin Flow★ kuu 12日やさしいエアフローヨガ★KAZUNE 19日ギアゾーンヨガzero★mava	ギアゾーンヨガLV.1★★ YUKIE	
	20:10-21:25	20:10-21:25	20:10-21:25	20:20-21:35	18:15-19:30	
	やさしいエアフローヨガ★ YURI	ギアゾーンヨガLV.1★★ 24日 ギアゾーンヨガLV1&2★★★ YUKIE	エアフローヨガ★★ 18日 ホイールヨガピグナー★ KAZUNE	アロマヨガ★ kuu 12日りらくすヨガ★KAZUNE 19日 やさしいエアフローヨガ★YURI	エアリストラティブ Yin Flow★ YUKIE	

