

6月スケジュール

熊本スタジオ

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: ★ 運動量小~中: ★★ 運動量中~大: ★★★
 運動量小: ★★ 運動量小~中: ★★★ 運動量中~大: ★★★★

※毎週火曜日は休館日です。

月	火	水	木	金	土	日
	館 日				8:30-9:30 骨盤メンテナンスヨガ★ MAI (6日) 朝ヨガ★ (アロマ) Mana (13日) Mico (20日) 朝ヨガ★ ユキ (27日)	8:30-9:30 朝ヨガ★ ASUKA (7日) ピギナーピラティス★ SENRI (14・21・28日)
10:30-11:45 ハタ・リストラティブヨガ★ MASUMI		10:00-11:15 エアフローヨガ★★ Miranda	10:00-11:15 アロマヨガ★ Mana ヴィンヤサフローヨガMOERI (18日)	10:00-11:15 ベーシックヨガ★ Miranda(12・26日) ミキ (5・19日)	10:00-11:15 バンドフローヨガ★ (13・27日) ピラティス★★ MOERI (6・20日)	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ Mico
12:00-13:00 ピラティスストレッチ★ MASAE		11:45-13:00 骨盤調整ヨガ★★ Miranda	11:45-13:00 ヴィンヤサフローヨガ★★ Mana ホイールヨガピギナー-MOERI (18日)	11:45-13:00 エアフローヨガ★★ Miranda (12・26日) ミキ (5・19日)	11:45-13:00 エアリストラティブYinFlow (13・27日) エアフローヨガ★★ (6・20日) MOERI	11:45-13:00 ヴィンヤサフローヨガ★★ MOERI
					13:30-14:45 りらくすヨガ★ Mico	13:30-14:45 ベーシックヨガ★ Mami
					15:15-16:15 フローヨガ★★★ Mico 身体が硬い人の為のヨガ★★NAO (20日)	15:15-16:15 やさしいエアフローヨガ★ MOERI
18:45-19:45 エアフローヨガ★★ MOERI		18:30-19:45 りらくすヨガ★ Mico	18:30-19:45 アロマヨガ★ wakana	18:45-19:45 ピギナーベーシックピラティス★ バンドフロー&ピラティス★ (19日) MOERI		
20:10-21:25 ホイールヨガピギナー★ MOERI	20:10-21:25 フローヨガ★★★ Mico	20:10-21:25 エアフローヨガ★★ Mico	20:10-21:25 夜ヨガ★★ MOERI			

※全てのレッスンは予約制となります。