

6月スケジュール 蔵前スタジオ



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				
10:00-11:15 やさしいエアフローヨガ★ CHII 8日/22日 Yoshiko	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ CHII		10:00-11:15 ハタ&リストラティブヨガ★ KAE	10:00-11:15 ビギナーベーシックピラティス★ EMI	8:35-9:35 やさしいエアフローヨガ★ Yoshiko	8:35-9:35 朝ヨガ★ Yoshiko 7日 CHII
11:45-13:00 ベーシックヨガ★ MINEKO 29日 AKKO	11:45-12:45 骨盤メンテナンスヨガ★(マタニティ可) NOBUKO		11:45-13:00 4日/25日 エアフローヨガ★★ 11日 エアリストラティブYin flow★ 18日 ホイールヨガビギナー★ KAE	11:45-13:00 エアフローヨガ★★ Yoshiko	10:05-11:20 ベーシックヨガ★ MAKO	10:05-11:20 エアフローヨガ★★ Yoshiko 7日 CHII
13:30-14:45 エアフローヨガ★★ 15日/29日 CHII 22日 Yoshiko	13:10-14:10 産後ヨガ★(通常会員様参加可) NOBUKO				11:50-13:05 ビギナーベーシックピラティス★ MAKO	11:50~13:05 ギアゾーンヨガビギナー★ YURIE
	15:00-16:15 エアフローヨガ★★ CHII 2日/16日/23日/30日				13:35-14:50 エアフローヨガ★★ CHII	13:35-14:50 7日 エアリストラティブYinflow★ユミ 14日/28日 ギアゾーンヨガ Lv.zero★ YURIE 21日 フローヨガ★★★★ユミ
18:30-19:45 ベーシックヨガ★ Yoshiko 8日/22日 CHII	18:30-19:45 2日/16日/30日 エアフローヨガ★★ 9日/23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 エアリストラティブYin flow★ KAE 12日/26日 ハンドフローヨガ★★ Eriko	15:10-16:25 ウーマンライフヨガ★★ 13日/27日 ホイールヨガビギナー★ AI	15:10-16:25 エアフローヨガ★★ CHII 7日 Yoshiko
20:10-21:25 エアフローヨガ★★ Yoshiko 8日/22日 CHII	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★★ Yuki	20:10-21:25 5日 ギアゾーンヨガビギナー★アヤ 19日 ハタ&リストラティブ★KAE 12日/26日 ビギナーベーシックピラティス★ Eriko		