

8月スケジュール

日暮里スタジオ

営業時間
平日 → 6:30~22:00
土日 → 8:15~17:00
祝日 → 8:15~16:00

※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
		5.19日 7:30-8:30 朝ヨガ ★ Haruka	休 館 日		※第1週はビル清掃のため休講 8:35-9:35 ビギナーベーシックピラティス ★ aki	8:35-9:35 エアフローヨガ ★★ 9.16日 ユミコ 23.30日 Misuzu 2日 バンドフローヨガ ★ Misuzu
10:00-11:15 ビギナーベーシックピラティス ★ YUNA	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ 4.18日 Misuzu 25日 ユミコ	10:00-11:15 ヴァンヤサフローヨガ ★★ 19日 アロマヨガ ★ Haruka		10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ chieko	10:05-11:20 1.15.29日 ハタ&リストラティブヨガ ★ 8.22日 りらっくすヨガ ★ aki	10:05-11:20 ベーシックヨガ ★ 2.16.30日 SAYAKA 9日 TAKEC 23日 Misuzu
11:45-13:00 3.17.31日 ベーシックヨガ ★	11:45-13:00 4日 ヴァンヤサフローヨガ ★ しなこ 18日 ホイールヨガビギナー ★ しなこ 25日 ベーシックヨガ ★ 晴渚	11:45-13:00 5日 やさしいエアフローヨガ ★ Misuzu エアフローヨガ ★★ 12.26日 ユミコ 19日 Misuzu		11:45-13:00 バンドフローヨガ ★ 7.28日 Misuzu	11:50-13:05 エアフローヨガ ★★ 22.29日 Misuzu 1.8日 ユミコ やさしいエアフローヨガ ★ 15日 Misuzu	11:50-13:05 2.30日 ギアゾーンヨガ Lv.1 ★★ 16日 ホイールヨガビギナー ★ SAYAKA 9.23日 バンドフロー&ピラティス ★ Eriko
10.24日 エアフローヨガ ★★ YUNA	13:30-14:30 4.18日 産後ヨガ(通常会員参加可) ★ Nanae 25日 骨盤メンテナンスヨガ(マニティ可) ★ あい			ベーシックヨガ ★ 21日 ユミコ	13:35-14:50 ベーシックヨガ ★★ 1日 Haruka 15.22.29日 Hanako 8日 ベーシックヨガ ★ chieko	13:35-14:50 エアフローヨガ ★★ 9日 やさしいエアフローヨガ ★ ユミコ
	11日(火)祝日プログラム 8:35-9:35 ピラティス★★ Eriko 10:00-11:15 バンドフローヨガ★ Eriko 11:40-12:55 エアフローヨガ★ Misuzu 13:20-14:35 ベーシックヨガ★ ユミコ			夏季休館日 🍉 8/13(木)14(金)	15:20-16:35 1.15日 エアリストラティブ Yin Flow ★ 22日 ホイールヨガビギナー ★ TAKEC エアフローヨガ ★★ 8日 chieko 29日 ユミコ	15:20-16:20 ビギナーベーシックピラティス ★ 2.30日 YUKI 16日 Eriko POPピラティス ★★ 9.23日 YUKI
18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ 3.17日 ユミコ 10.24日 Misuzu やさしいエアフローヨガ ★ 31日 ユミコ	18:30-19:45 アロマヨガ ★ 百合香	18:30-19:45 5.26日 ギアゾーンヨガビギナー ★ 12日 ギアゾーンヨガ Lv.Zero ★ Shizu 19日 ビギナーベーシックピラティス ★ YUKI		18:30-19:45 7.21日 ビギナーベーシックピラティス ★ 28日 ベーシックヨガ ★ TAKEC		
20:10-21:25 3.17.31日 ベーシックヨガ ★ ユミコ 10.24日 ビギナーベーシックピラティス ★ Eriko	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ 4日 Tsukasa 18日 ユミコ 25日 Misuzu	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ Tsukasa		20:10-21:25 7日 ベーシックヨガ ★ 21日 ホイールヨガビギナー ★ 28日 バンドフロー&ピラティス ★ TAKEC		

全てのレッスンは予約制となります。

<定員> ●通常ヨガ/ホイールヨガ/ピラティス→17名 ●エアフローヨガ→8名