

8月スケジュール 夏季休業11日・12日

海老名スタジオ

営業時間

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★★

月	火	水	木	金	土	日
3・10・17・24・31	4・18・25	休館日	6・13・20・27	7・14・21・28	1・8・15・22・29	2・9・16・23・30
10:00-11:00 産後ヨガ★ (通常会員参加可) 明日香	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ 4日/18日 MOMOE 25日 RIE		10:00-11:15 ビギナーベーシックピラティス★ IKUKO	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ 14日/21日/28日 HIROKO 7日 HARU	8:35-9:35 朝ヨガ★ 1日/29日 明日香 15日 Sayaka 8日/22日 HARU	8:30-9:30 朝ヨガ★ 9日/16日/23日/30日 Sayaka 2日 RIE
11:30-12:30 骨盤メンテナンス★ (マタニティ可) 明日香	11:45-13:00 ギアゾーンヨガLv.1★★ 4日/18日 MOMOE ベーシックヨガ★ 25日 RIE		11:45-13:00 やさしいエアフローヨガ★ HARU	12:00-13:15 アライメントヨガ★★ 7日/14日/28日 Yuika ヴィンヤサフローヨガ★ 21日 HARU	10:05-11:20 やさしいエアフローヨガ★ RIE	9:55-11:10 りらっくすヨガ★ 9日/16日/23日/30日 Sayaka アロマヨガ★ 2日 HARU
13:15-14:30 やさしいエアフローヨガ★ RIE			13:30-14:45 ベーシックヨガ★ 築地 さやか	14:15-15:30 りらっくすヨガ★ Sayaka	11:50-13:05 エアフローヨガ★★ HARU	11:50-13:05 ヴィンヤサフローヨガ★ 23日/30日 まき ベーシックヨガ★ 2日/9日/16日 RIE
18:30-19:45 呼吸めぐりヨガ★★ YUKARI	18:30-19:45 ピラティス★★ IKUKO		18:30-19:45 エアフローヨガ★★ KAZUSA	18:30-19:45 ベーシックヨガ★ 14日/21日/28日 築地 さやか	13:35-14:50 ベーシックヨガ★ RIE	13:35-14:50 ホィールヨガビギナー★ HARU
20:10-21:25 ホィールヨガビギナー★ HARU	20:10-21:25 陰ヨガ★ YUKARI		20:10-21:25 ヴィンヤサフローヨガ★ KAZUSA	20:10-21:25 エアフローヨガ★★ 14日/21日/28日 RIE	15:20-16:35 ピラティス★★ 1日/8日/15日/29日 YUUKI ヴィンヤサフローヨガ★ 22日 HARU	15:20-16:35 やさしいエアフローヨガ★ RIE

※全てのレッスンは予約制となります。