

8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
	休 館 日				8:30-9:30 骨盤メンテナンスヨガ★ MAI (1・15・29日) 朝ヨガ★ MASUMI (8日) 朝ヨガ (アロマ)★ wakana (22日)	8:30-9:30 朝ヨガ★ ASUKA (2日) ビギナーピラティス★ SENRI (9・16・23・30日)
10:30-11:45 ハタ・リストラティブヨガ★ MASUMI ベーシックヨガ★koaki(10日)		10:00-11:15 エアフローヨガ★★ ミキ (19日) アロマヨガ★ Mana (5・26日)	10:00-11:15 アロマヨガ★ Mana (13・27日) ホイールヨガビギナー★MOERI (6日) りらくすヨガ★MASUMI (20日)	10:00-11:15 ベーシックヨガ★ Miranda (7・21・28日) Mico (14日)	10:00-11:15 バンドフローヨガ★ (15・29日) ベーシックヨガ★ ユキ (8日) ピラティス★★MOERI (1・22日)	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ Mico (2・9・16・30日)
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 (5・19・26日)	11:45-13:00 ヴァンヤサフローヨガ★★ Mana (13・27日) MASUMI (20日) MOERI (6日)	11:45-13:00 エアフローヨガ★★ Miranda (7・21・28日) Mico (14日)	11:45-13:00 エアリストラティブYinFlow (1・29日) エアフローヨガ★★ (15・22日) MOERI (ユキ8日)	11:45-13:00 ヴァンヤサフローヨガ★★ MOERI (2・9・30日) フローヨガ★★★Mico (16日)
お盆休みのおしらせ 8月11日(火) 8月12日(水) 2日間は休館となります				13:30-14:45 りらくすヨガ★ Mico (ユキ1日)	13:30-14:45 ベーシックヨガ★ Mami	
					15:15-16:15 フローヨガ★★★ Mico ベーシックヨガ★ (ユキ1日)	15:15-16:15 やさしいエアフローヨガ★ MOERI (Mico16日)
18:45-19:45 エアフローヨガ★★ MOERI		18:30-19:45 りらくすヨガ★ Mico (5・19日) バンドフローヨガ★★NAO (26日)	18:30-19:45 アロマヨガ★ wakana	18:45-19:45 ビギナーベーシックピラティス★ バンドフロー＆ピラティス★ (21日) MOERI	エアフローヨガ初心者WS 8月23日(日) 10:00～12:00ごろ	
20:10-21:25 ホイールヨガビギナー★ MOERI		20:10-21:25 フローヨガ★★★ Mico (5・19日) 身体が硬い人の為のヨガ★★NAO (26日)	20:10-21:25 エアフローヨガ★★ Mico	20:10-21:25 夜ヨガ★★ (14・28日) エアリストラティブYinFlow★ (7・21日) MOERI		

※全てのレッスンは予約制となります。