

8月スケジュール

神楽坂スタジオ

営業時間

平日 9:30～22:00

土日 8:15～17:00

祝日 8:15～15:00

※祝日を除く毎週金曜日は休館日です

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
		7:35-8:35 朝ヨガ★ 12日 CHIE	7:35-8:35 朝ヨガ★ 20日 TOMO		8:35-9:35 朝ヨガ★ 8日・22日 Risa 29日 TOMO ホイルヨガビギナー★ 1日・15日 CHIE	8:35-9:35 朝ヨガ★ 2日 NAOMI 16日 CHIE ハンドフローヨガ★ 9日・23日・30日 TOMO
10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ U	10:00-11:15 ストレッチ&フローヨガ★★★ 4日・18日 境井友萌 ワインヤザフローヨガ★★★ 25日 Nanae	10:00-11:15 ベーシックヨガ★ ASAHI 12日 CHIE	10:00-11:15 エアフローヨガ★★★ 6日・20日 TOMO 27日 YOSHIKO		10:05-11:20 やさしいエアフローヨガ★ 1日・15日・29日 TAKEC 8日・22日 エアリストラティブYinFlow★	10:05-11:20 エアフローヨガ★★★ 16日 Tsukasa 23日 TOMO 30日 エアフローヨガ★★★ Tsukasa 9日 やさしいエアフローヨガ★ TOMO 2日 エアリストラティブYinFlow★ SHIZUKA
11:45-13:00 エアリストラティブYinFlow★ 10日 SHIZUKA 17日・31日 TOMO	11:45-12:45 ビギナーベーシックピラティス★ 4日・18日 境井友萌 骨盤メンテナンスヨガ★ (マタニティ可) 25日 Nanae	11:45-13:00 やさしいエアフローヨガ★ 5日・19日 TOMO エアフローヨガ★★★ 12日 CHIE 26日 YOSHIKO	11:45-13:00 ベーシックヨガ★ NAOMI 27日 ベーシックヨガ★★★		11:50-13:05 ギアゾーンヨガビギナー★ TAKEC	11:50-13:05 ビギナーベーシックピラティス★ YUKI 16日 TOMO 11:50-12:50 30日 POPピラティス★★YUKI
ホイルヨガビギナー★ 3日・24日 CHIE	8月11日(火・祝) 8:35-9:35 朝ヨガ★ 境井友萌 10:05-11:20 エアフローヨガ★★★ CHIE 11:50-13:05 ホイルヨガビギナー★ AI 13:35-14:50 ウーマンライフヨガヨ★★★ AI	13:30-15:30 エアフローヨガ初心者向けWS 19日 CHIE & TOMO	13:30-14:30 ホイルヨガビギナー★ 20日 CHIE 13:30-14:45 27日 ハタ&リストラティブヨガ★ TOMO		13:35-14:50 ピラティス&ストレッチ ★★ AYUKO	13:35-14:50 ベーシックヨガ ★ Asuka
					15:20-16:35 デトックスヨガ ★★ Nori 8日・22日 ワインヤザフローヨガ★	15:20-16:35 ホイルヨガ ★★ Asuka 9日・23日 ホイルヨガビギナー★
18:30-19:45 エアフローヨガ ★★ YOSHIKO	18:30-19:45 ホイルヨガビギナー ★ AI	18:30-19:45 ワインヤザフローヨガ★ 5日 CHIE ワインヤザフローヨガ★★★ 19日 CHIE ピラティス&ストレッチ★ 12日・26日 TOMO	18:30-19:45 りらっくすヨガ★ 27日 TOMO やさしいエアフローヨガ★ 6日・20日 CHIE		17:00-18:00 エアフローヨガ★★★ 8日・29日 CHIE 15日・22日 TOMO	
20:10-21:25 ハタ&リストラティブヨガ★ 3日・10日・24日 TOMO ベーシックヨガ★ 17日・31日 CHIE	20:10-21:25 ウーマンライフヨガ ★★ AI	20:10-21:25 エアフローヨガ★★★ 5日・19日 CHIE エアリストラティブYinFlow★ 12日・26日 TOMO	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★ Tsukasa		Check it out★  @YARD_KAGURAZAKA 【Instagram】 インスタグラムでは、 スタジオの様子やイベントを発信！	

※全てのレッスンは予約制となります。