

9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 (5・19日) 朝ヨガ ★ Mana (12・26日)	8:30-9:30 朝ヨガ★ ASUKA (6日) Mico (20日) ビギナーピラティス ★ SENRI (13・27日)	
10:30-11:45 ハタ・リストラティブヨガ ★ MASUMI		10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ Mirannda	10:00-11:15 アロマヨガ ★ Mana	10:00-11:15 ベーシックヨガ ★ Miranda (4・11・18日) Mico (25日)	10:00-11:15 ピラティス★★ MOERI (5・19日) アロマヨガ ★ Mana(12・26日)	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★ Mico	
12:00-13:00 ピラティス&ストレッチ★ MASAE (7・14日) ビギナーベーシックピラティス★MOERI (28日)		11:45-13:00 骨盤調整ヨガ ★★ Miranda	11:45-13:00 ヴィンヤサフローヨガ ★★ Mana ヴィンヤサフローヨガ★★★ (24日)	11:45-13:00 エアフローヨガ ★★ Miranda (4・11・18日) Mico (25日)	11:45-13:00 エアリストラティブYinFlow★ (12・26日) エアフローヨガ★★ (5・19日) MOERI	11:45-13:00 ヴィンヤサフローヨガ★★ (6・27日) バンドフローヨガ★★ (13日) MOERI	
お知らせ 9月7日(月) 社員研修のため 午後休館とさせていただきます 18:45-19:45 20:10-21:25 上記時間帯のレッスンは休講となります		9月21日(月) 8:30～9:30 朝ヨガ★MASUMI 10:00～11:15 ハタリストラティブヨガ★MASUMI 11:45～13:00 エアフローヨガ★★MOERI 13:30～14:30 バンドフロー＆ピラティス★MOERI	9月22日(火) 8:30～9:30 朝ヨガ★Mana 10:00～11:15 アロマヨガ★Mana 11:45～13:00 フローヨガ★★★Mico 13:30～14:30 エアフローヨガ★★Mico	9月23日(水) 8:30～9:30 ピラティス&ストレッチ★MASAE 10:00～11:15 エアリストラティブYinFlow★MOERI 11:45～13:00 ホイールヨガビギナー★MOERI 13:30～14:30 アロマヨガ★ wakana	13:30-14:45 りらくすヨガ ★ Mico	13:30-14:45 ベーシックヨガ ★ Mami	
		18:30-19:45 りらくすヨガ★ Mico (2・16・30日) エアフローヨガ★★9日 (MOERI)	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★ (25日) MOERI	15:15-16:15 フローヨガ ★★★ Mico	15:15-16:15 やさしいエアフローヨガ ★ MOERI	
18:45-19:45 エアフローヨガ ★★ MOERI (14・28日)					太陽礼拝初心者WS 9月20日(日) 10:00～12:00ごろ		
20:10-21:25 ホイールヨガビギナー ★ MOERI (14・28日)	20:10-21:25 フローヨガ★★★ Mico (2・16・30日) ホイールヨガビギナー★9日 (MOERI)	20:10-21:25 エアフローヨガ★★ Mico MOERI (10日)	20:10-21:25 夜ヨガ★★ (11・25日) エアリストラティブYinFlow★ (4・18日) MOERI				

※全てのレッスンが予約制となります。