

9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★ 10日 CHIE 17日 TOMO		8:35-9:35 朝ヨガ★ 5日・19日 Risa 12日・26日 KAZUKO	8:35-9:35 ハンドフローヨガ★ 6日・20日 TOMO 朝ヨガ★ 13日 TOMO ホイルヨガビギナー★ 27日 CHIE
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★★★ 1日・29日 境井友萌 ヴィンヤサフローヨガ★ 8日 TOMO 15日 ベーシックヨガ★ Asuka	10:00-11:15 ベーシックヨガ ★ ASAHI	10:00-11:15 エアフローヨガ★★★ 10日・24日 CHIE 3日・17日 TOMO		10:05-11:20 エアフローヨガ★★★ 12日 CHIE 5日・19日 エアリストラティブYinFlow★ TOMO	10:05-11:20 やさしいエアフローヨガ★ 6日・20日 TOMO 13日 エアフローヨガ★★★ TOMO 27日 エアフローヨガ★★★ Tsukasa
11:45-13:00 エアリストラティブYinFlow★ 14日 SHIZUKA/28日 TOMO 7日 やさしいエアフローヨガ★ YOSHIKO	11:45-12:45 ビギナーベーシックピラティス★ 1日・29日 境井友萌 骨盤メンテナンスヨガ★(マタニティ可) 8日 TOMO 11:45-13:00 15日 ホイルヨガビギナー★ Asuka	11:45-13:00 やさしいエアフローヨガ★ 2日・16日 TOMO/30日 YOSHIKO ホイルヨガビギナー★ 9日 CHIE	11:45-13:00 ベーシックヨガ★ 3日・17日 NAOMI/24日 CHIE ベーシックヨガ★★★ 10日 NAOMI		26日 10:05-12:05 太陽礼拝WS CHIE	11:50-13:05 ビギナーベーシックピラティス ★ YUKI 11:50-12:50 27日 POPピラティス★★YUKI
	13:30-14:45 エアフローヨガ★★★ 15日 CHIE		13:30-14:45 ハタ&リストラティブヨガ★ TOMO 10日・24日		11:50-13:05 ヴィンヤサフローヨガ★★★ 5日 CHIE ベーシックヨガ★ 12日 TOMO 19日 ホイルヨガビギナー★	13:35-14:50 ピラティス&ストレッチ ★★ AYUKO
9月21日(月) 8:35-9:35 朝ヨガ★U 10:05-11:20 エアフローヨガ★★★ U 11:50-13:05 ピラティス&ストレッチ★ AYUKO 13:35-14:50 エアリストラティブYinFlow★ TOMO	9月22日(火) 8:35-9:35 朝ヨガ★ YOSHIKO 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★★★ AI	9月23日(水) 8:35-9:35 朝ヨガ★ASAHI 10:05-11:20 ホイルヨガビギナー★ CHIE 11:50-13:05 エアフローヨガ★★★ CHIE 13:35-14:50 バンドフローヨガ★ TOMO			13:35-14:50 ピラティス&ストレッチ ★★ AYUKO	15:20-16:35 デトックスヨガ ★★ Nori 12日・26日 ヴィンヤサフローヨガ★
18:30-19:45 ヴィンヤサフローヨガ★ 7日 CHIE ヴィンヤサフローヨガ★★★ 28日 CHIE ピラティス&ストレッチ★ 14日 TOMO	18:30-19:45 ホイルヨガビギナー ★ AI	18:30-19:45 エアフローヨガ ★★★ YOSHIKO 30日 CHIE	18:30-19:45 りらつくヨガ★ 10日・24日 TOMO やさしいエアフローヨガ★ 3日・17日 CHIE		17:00-18:00 エアフローヨガ★★★ 5日 CHIE 26日 TOMO	15:20-16:35 ホイルヨガ ★★★ Asuka 13日・27日 ホイルヨガビギナー★
20:10-21:25 エアフローヨガ★★★ 7日・28日 CHIE エアリストラティブYinFlow★ 14日 TOMO	20:10-21:25 ウーマンライフヨガ ★★★ AI	20:10-21:25 ホイルヨガビギナー★ 2日・16日 CHIE ハタ&リストラティブヨガ★ 9日 TOMO ベーシックヨガ★ 30日 CHIE	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★★ Tsukasa			

※全てのレッスンは予約制となります。

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！