

9月スケジュール 蔵前スタジオ



平日 9:30~22:00
土日祝 8:00~15:00 ※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★★ 運動量中クラス★★

月	火	水	木	金	土	日
		休館日			8:35-9:35 やさしいエアフローヨガ★ Yoshiko	8:30-9:45 朝ヨガ★ YURIE
10:00-11:15 やさしいエアフローヨガ★ CHII	10:00-11:15 エアフローヨガ★★ CHII		10:00-11:15 ハタ&リストラティブヨガ★ KAE	10:00-11:15 ビギナーベーシックピラティス★ EMI	10:05-11:20 ベーシックヨガ★ MAKO	10:05-11:20 6日・20日 バンドフローヨガ★ 13日・27日 ギアゾーンヨガzero★ YURIE
11:45-13:00 ベーシックヨガ★ MINEKO	11:45-12:45 骨盤メンテナンスヨガ★(マタニティ可) NOBUKO		11:45-13:00 3日・24日 エアフローヨガ★★ 10日 エアリストラティブ Yin flow★ KAE 17日 ホイールヨガビギナー★	11:45-13:00 エアフローヨガ★★ Yoshiko	11:50-13:05 ビギナーベーシックピラティス★ MAKO	11:50-13:05 エアフローヨガ★★ Yoshiko
13:30-14:45 エアフローヨガ★★ CHII 7日・14日・28日	13:10-14:10 産後ヨガ★ NOBUKO		13:30-14:45 エアフローヨガ★★ Yoshiko 3日・10日・17日		13:35-14:50 エアフローヨガ★★ CHII	13:35-14:50 ベーシックヨガ★ Yoshiko 6日 CHII
祝日プログラム 21日(月) 8:35~9:35 ホイールビギナーヨガ★ Yuki 10:00~11:15 バンドフローヨガ★ Yuki 11:40~12:55 エアフローヨガ★ CHII 13:20~14:20	15:00-16:15 やさしいエアフローヨガ★ CHII 1日・8日・15日・29日		15:15-16:30 やさしいエアフローヨガ★ Yoshiko 3日・10日・17日	15:15-16:30 やさしいエアフローヨガ★ CHII 4日	15:10-16:25 5日・19日 ウーマンライフヨガ★★/AI 12日・26日 ヨガホイール★/AI	15:10-16:25 エアフローヨガ★★ CHII
					16:50-18:05 やさしいエアフローヨガ★ CHII 5日・12日・19日・26日	
18:30-19:45 ベーシックヨガ★ Yoshiko	18:30-19:45 1日・29日 エアフローヨガ★★ エアリストラティブ Yin flow★ YUKIE 15日 エアフローヨガ★★ Yoshiko		18:30-19:45 ベーシックヨガ★ AYUKO		祝日プログラム 22日(火) 8:35~9:35 ハタ&リストラティブヨガ★ KAE 10:00~11:15 ホイールヨガビギナー★ KAE 11:40~12:55 ギアゾーンヨガ Lv1★★ YUKIE	祝日プログラム 23日(水) 8:35~9:35 ギアゾーンヨガビギナー★ YURIE 10:00~11:15 バンドフローヨガ★★ YURIE 11:40~12:55 ベーシックヨガ★ Yoshiko 13:20~14:35
20:10-21:25 エアフローヨガ★★ Yoshiko	20:10-21:25 ギアゾーンヨガ Lv.1★★ 1日・8日・22日・29日 YUKIE 15日 ベーシックヨガ★ Yoshiko		20:10-21:25 エアフローヨガ★★ Yuki	4日・18日 11日・29日		