

月		火		水		木		土	日
A	B	A	B	-	B	-	B	B	B
15		16		17		18		20(祝)	21
13:30~14:45(75分) ポールストレッチ&ヨガ ★ ヒロ		10:30~11:45(75分) ヒーリングアロマヨガ ★ NANA		 17日~31日まで レッスンは全て 5階スタジオに なります	13:30~14:45(75分) 骨盤調整ヨガ ★★ ayane		13:30~15:00(90分) 陰ヨガ ★ Natsumi	11:00~12:15(75分) カラダをゆるめるヨガ ★ MANAMI	
					15:15~16:30(75分) リラックスのためのヨガ ★ ayane			12:45~14:00(75分) ヴァンヤサヨガ ★★ MANAMI	11:00~12:15(75分) アロマヨガ ★ Eri
18:00~19:00(60分) からだ整えヨガ ★★ 未聡	20:00~21:00(60分) オンラインヨガ	18:00~19:00(60分) リラックスのためのヨガ ★ ayane	18:30~19:45(75分) ゆったりフローヨガ ★~★★ さき		18:30~19:30(60分) ヒーリングアロマヨガ ★ NANA		18:20~19:20(60分) 自分にくつろぐヨガ ★ Yuko		12:45~14:00(75分) 姿勢改善ヨガ ★★ Eri
19:30~20:30(60分) 肩こり解消ヨガ ★ 未聡	自分にくつろぐヨガ ★ Yuko	19:30~20:30(60分) 陰ヨガ ★★★ ayane			20:00~21:00(60分) 姿勢改善ピラティス ★~★★ macha		19:45~20:45(60分) アロマヨガ ★~★★ Yuko		
					20:30~21:30(60分) オンラインヨガ 骨盤調整ヨガ ★~★★ ちひろ		19:30~20:30(60分) オンラインヨガ リラックスヨガ ★ Megumi		16:00~16:45(45分) オンラインヨガ リフレッシュヨガ ★~★★ Megumi
22		23		24		25		27	28
	13:30~14:45(75分) ポールストレッチ&ヨガ ★ ヒロ		10:30~11:45(75分) 美尻・美脚ヨガ ★~★★ ちひろ		13:30~14:45(75分) リラックスのためのヨガ ★ ayane		13:30~15:00(90分) 陰ヨガ ★ Natsumi	9:30~10:45(75分) モーニングヨガ ★ ヒトミ	
					15:15~16:30(75分) 骨盤調整ヨガ ★★ ayane			11:15~12:30(75分) ヴァンヤサヨガ ★★ ヒトミ	11:00~12:15(75分) アロマヨガ ★ Eri
	18:00~19:00(60分) 肩こり解消ヨガ ★ 未聡	18:00~19:00(60分) 骨盤調整ヨガ ★★ ayane		18:30~19:30(60分) ヒーリングアロマヨガ ★ NANA		18:20~19:20(60分) アロマヨガ ★~★★ Yuko		15:00~16:15(75分) ゆったりハタヨガ ★ mayu	12:45~14:00(75分) 姿勢改善ヨガ ★★ Eri
20:00~21:00(60分) オンラインヨガ 陰ヨガ ★ Natsumi	19:30~20:30(60分) からだ整えヨガ ★★ 未聡	19:30~20:30(60分) リラックスのためのヨガ ★ ayane		20:00~21:00(60分) 姿勢改善ピラティス ★~★★ macha		19:45~20:45(60分) 自分にくつろぐヨガ ★ Yuko			
				20:30~21:30(60分) オンラインヨガ デトックスヨガ ★★ 未聡		NEW → 16:00~16:45(45分) オンライン かつろぐヨガ ★ Yuko			
29		30		31					
	13:30~14:45(75分) ヒーリングアロマヨガ ★ NANA		10:30~11:45(75分) ゆったりくつろぎヨガ ★ さき		13:30~14:45(75分) 骨盤調整ヨガ ★★ ayane				
					15:15~16:30(75分) リラックスのためのヨガ ★ ayane				
	18:00~19:00(60分) からだ整えヨガ ★★ 未聡	18:00~19:00(60分) リラックスのためのヨガ ★ ayane		18:30~19:30(60分) ヒーリングアロマヨガ ★ NANA					
20:00~21:00(60分) オンラインヨガ 自分にくつろぐヨガ ★ Yuko	19:30~20:30(60分) 肩こり解消ヨガ ★ 未聡	19:30~20:30(60分) 骨盤調整ヨガ ★★ ayane		20:00~21:00(60分) 姿勢改善ピラティス ★~★★ macha					
				20:30~21:30(60分) オンラインヨガ 骨盤調整ヨガ ★~★★ ちひろ					

《注意・お願い》

- 体調がすぐれない場合は、無理をせず担当インストラクターに相談ください
- レッスンの途中入退場はご遠慮ください
- 必ずご予約のうえ参加ください。またキャンセルも事前連絡が必要です
- クラスは急遽変更(代行・休講)になる場合がございます ↓ ↓ LINEで情報GET!
- 予約、変更、キャンセルに便利な「予約カレンダー」ご活用ください ↓ ↓
- レッスン中、電話に出られない時間帯もございますので予めご了承ください

新着情報を逃さず

LINE
友だち登録



レッスンご予約は

予約
カレンダー

