

Monthly Schedule

8 2023

CATEGORY COLLAR

ヨガ	キッズクラス
エアリアルヨガ	マタニティ/産後/子連れOK
ホイルヨガ	Dance
ピラティス	



定員数 10 / エアリアルはクラスごとに設定

月	火	水	木	金	土	日
31	1 10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 11:30 FUMI ★★~★★★ ヨガアライメント 19:00 AKKO ★★★★★ BORN TO YOG 20:30 NAHO ★★ Night Yoga	2 13:00 Kanna ★ 初めてのピラティス 20:30 GAYA ★~★★★★★ ハタヨガフロー オールレベル	3 10:00 FUMI ★★ 初めてのエアリアルヨガ ビギナーレベル 11:30 FUMI ★★ エアリアルピラティス ベーシックレベル 17:30 FUMI 小4~高校生 キッズクラス キッズヨガ 19:00 FUMI ★★ ベーシックエアリアルヨガ 20:30 FUMI ★~★★★ ホイルヨガ	4 10:00 MICHIKO ★~★★★ 産後 ママ&ベビー ヨガ ピラティス 11:30 MICHIKO ★~★★★ マタニティ ヨガ ピラティス 13:00 MICHIKO ★★ 姿勢改善ヨガ 17:30 FUMI 小学生~中学生 キッズクラス ヨガ/ピラティス/エアリアル 19:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 20:30 FUMI ★ リラックスエアリアルヨガ	5 10:00 FUMI ★★~★★★ モーニングヨガ 11:30 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 13:00 FUMI ★★ エアリアルピラティス ベーシックレベル 14:30 FUMI ★★ 初めてのエアリアルヨガ ビギナーレベル 17:30 FUMI 小学生~中学生 キッズクラス キッズヨガ 19:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 20:30 FUMI ★ リラックスエアリアルヨガ	6 8:30 FUMI ★★ リフレッシュエアリアルヨガ ビギナーレベル 10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 11:30 FUMI ★★ フローヨガ 13:00 FUMI ★★~★★★ エアリアルピラティス 身体の使い方を学ぶ
7	8 10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 11:30 FUMI ★★ 初めてのエアリアルヨガ 19:00 AKKO ★★★★★ BORN TO YOG 20:30 NAHO ★★ Night Yoga	9 10:45 FUMI Dance 西葛西DDF 13:00 Kanna ★ 初めてのピラティス 20:30 GAYA ★~★★★★★ ハタヨガフロー オールレベル	10 17:30 FUMI 小学生~中学生 キッズクラス ヨガ/ピラティス/エアリアル 19:00 FUMI ★★ ベーシックエアリアルヨガ 20:30 FUMI ★★~★★★ フローピラティス	11 10:00 FUMI ★~★★★ 産後 ママ&ベビー ヨガ ピラティス 11:30 FUMI ★~★★★ マタニティ ヨガ ピラティス 17:30 FUMI 小学生~中学生 キッズクラス ヨガ/ピラティス/エアリアル 19:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 20:30 FUMI ★★ エアリアルピラティス ベーシックレベル	12 8:00 FUMI ★★~★★★ モーニングヨガ 10:15 FUMI Dance 本八幡BUZZ 13:00 FUMI ★★ エアリアルピラティス ベーシックレベル 14:30 NAHO ★★ リフレッシュヨガ 16:00 NAHO 心療ヨガ® プライベートルーム	13 8:30 FUMI ★~★★★ ホイルヨガ 10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 11:30 FUMI ★★~★★★ ヨガアライメント 14:30 MICHIKO ★★ ムーンサイクルヨガ 16:00 MICHIKO ★ 陰ヨガ
14	<div style="text-align: center;"> <h2>お盆休み</h2> <h3>8/14(月)-16(水)</h3> <p>上記期間スタジオ休館日とさせていただきます</p> </div>					
14	15 10:00 MAMI ★★ 初めてのエアリアルヨガ ビギナーレベル 11:30 MAMI ★★ ベーシックヨガ 20:30 FUMI ★★ マタニティOK 極上のリラックスヨガ	16 13:00 Kanna ★ 初めてのピラティス 20:30 GAYA ★~★★★★★ ハタヨガフロー オールレベル	17 17:30 FUMI 小学生~中学生 キッズクラス ヨガ/ピラティス/エアリアル 19:00 FUMI ★★ ベーシックエアリアルヨガ 20:30 FUMI ★~★★★ ホイルヨガ	18 10:00 MICHIKO ★~★★★ 産後 ママ&ベビー ヨガ ピラティス 11:30 MICHIKO ★~★★★ マタニティ ヨガ ピラティス 13:00 MICHIKO ★★ 姿勢改善ヨガ 17:30 FUMI 小学生~中学生 キッズクラス ヨガ/ピラティス/エアリアル 19:00 FUMI ★★ ベーシックピラティス 20:30 FUMI ★ リラックスエアリアルヨガ	19 10:00 FUMI ★★~★★★ モーニングヨガ 11:30 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 13:00 FUMI ★★ エアリアルピラティス ベーシックレベル 14:30 Aya ★~★★★★★ ベーシックヨガ オールレベル 16:00 Aya ★★~★★★ ベーシックピラティス	20 8:30 FUMI ★★ リフレッシュエアリアルヨガ ビギナーレベル 10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 11:30 FUMI ★★ フローヨガ 13:00 FUMI ★★~★★★ エアリアルピラティス 身体の使い方を学ぶ 14:30 MICHIKO ★★ ムーンサイクルヨガ 16:00 MICHIKO ★ 陰ヨガ
21	22 10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 11:30 FUMI ★★~★★★ ヨガアライメント 19:00 AKKO ★★★★★ BORN TO YOG 20:30 FUMI ★★ アドバンスエアリアルヨガ	23 13:00 Kanna ★ 初めてのピラティス 20:30 GAYA ★~★★★★★ ハタヨガフロー オールレベル	24 17:30 FUMI 小学生~中学生 キッズクラス キッズヨガ 19:00 FUMI ★★ ベーシックエアリアルヨガ 20:30 FUMI ★~★★★ ホイルヨガ	25 10:00 FUMI ★~★★★ 産後 ママ&ベビー ヨガ ピラティス 11:30 FUMI ★~★★★ マタニティ ヨガ ピラティス 17:30 FUMI 小学生~中学生 キッズクラス ヨガ/ピラティス/エアリアル 19:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 20:30 FUMI ★★ エアリアルピラティス ベーシックレベル	26 13:00 FUMI ★★ エアリアルピラティス ベーシックレベル 14:30 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス	27 8:30 FUMI ★~★★★ ホイルヨガ 10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 11:30 FUMI ★★~★★★ ヨガアライメント 13:00 FUMI ★★ 初めてのエアリアルヨガ ビギナーレベル
28	29 10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 11:30 FUMI ★★ 初めてのエアリアルヨガ 19:00 AKKO ★★★★★ BORN TO YOG 20:30 NAHO ★★ Night Yoga	30 10:45 FUMI Dance 西葛西DDF 13:00 Kanna ★ 初めてのピラティス 20:30 GAYA ★~★★★★★ ハタヨガフロー オールレベル	31 10:00 FUMI ★★ 初めてのエアリアルヨガ ビギナーレベル 11:30 FUMI ★★ エアリアルピラティス ベーシックレベル 19:00 FUMI ★★ ベーシックエアリアルヨガ 20:30 FUMI ★★ フローヨガ	1 10:00 FUMI ★~★★★ 産後 ママ&ベビー ヨガ ピラティス 11:30 FUMI ★~★★★ マタニティ ヨガ ピラティス 17:30 FUMI 小学生~中学生 キッズクラス キッズヨガ 19:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 20:30 FUMI ★★ エアリアルピラティス ベーシックレベル	2 10:00 FUMI ★★~★★★ モーニングヨガ 11:30 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 13:00 FUMI ★★ エアリアルピラティス ベーシックレベル 14:30 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス	3 8:30 FUMI ★★ リフレッシュエアリアルヨガ ビギナーレベル 10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス 11:30 FUMI ★★~★★★ ヨガアライメント 13:00 FUMI ★★ 初めてのエアリアルヨガ ビギナーレベル