

# Monthly Schedule

# 4 2025

CATEGORY COLLAR

ヨガ
エアリアルヨガ
ホイルヨガ
ピラティス

スタジオご利用が初めての方  
無料体験レッスン  
マタニティ/産後/子連れOK  
Dance



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 19:00 NAHO Night Yoga **	2 13:00 Kanna 初めてのピラティス *	3 10:00 FUMI ホイルリラックスヨガ 11:30 FUMI F style ピラティス 13:00 FUMI やさしいエアリアルヨガ ビギナーレベル 19:00 FUMI F style エアリアルヨガ ベーシックレベル 20:30 FUMI ホイルリラックスヨガ	4 10:00 FUMI 親子クラス ヨガ ピラティス 11:30 FUMI マタニティ ヨガ ピラティス 19:00 FUMI F style ピラティス 20:30 FUMI F style エアリアルピラティス ベーシックレベル	5 8:30 FUMI モーニングヨガ 11:30 FUMI F style エアリアルピラティス ベーシックレベル 13:00 FUMI F style ピラティス 14:30 Mai 初めてのエアリアルヨガ ビギナーレベル 16:00 Mai ストレッチヨガ *	6 8:30 Mai リフレッシュエアリアルヨガ ビギナーレベル 10:00 FUMI F style ピラティス 11:30 FUMI F style ヨガ 13:00 mari 楽しむエアリアルヨガ ビギナー/ベーシックレベル GAYA 八タヨガフロー オールレベル
7	8 10:00 FUMI F style ピラティス 11:30 FUMI F style ヨガ 19:00 Mai 初めてのエアリアルヨガ ビギナーレベル 20:30 Mai 身体を整えるピラティス *	9 10:30 FUMI Dance 西葛西DDF 13:00 Kanna 初めてのピラティス *	10 19:00 FUMI F style エアリアルヨガ ベーシックレベル 20:30 FUMI フローヨガ	11 10:00 FUMI 親子クラス ヨガ ピラティス 11:30 FUMI マタニティ ヨガ ピラティス 19:00 FUMI F style ピラティス 20:30 FUMI 自律神経を整えるヨガ *	12 10:00 mari 低空エアリアルヨガ ビギナー/ベーシックレベル 10:15 FUMI Dance 本八幡BUZZ 14:30 Mai 初めてのエアリアルヨガ ビギナーレベル 16:00 Mai ストレッチヨガ *	13 8:30 Mai リフレッシュエアリアルヨガ ビギナーレベル 10:00 NAHO リフレッシュヨガ 11:30 NAHO 身体が整うほくしヨガ 13:00 mari 楽しむエアリアルヨガ ビギナー/ベーシックレベル GAYA 八タヨガフロー オールレベル
14	15 10:00 FUMI F style ピラティス 11:30 FUMI F style ヨガ 19:00 Mai 初めてのエアリアルヨガ ビギナーレベル 20:30 Mai 身体を整えるピラティス *	16 13:00 Kanna 初めてのピラティス *	17 19:00 FUMI F style エアリアルヨガ ベーシックレベル 20:30 FUMI ホイルリラックスヨガ	18 10:00 FUMI 親子クラス ヨガ ピラティス 11:30 FUMI マタニティ ヨガ ピラティス 19:00 FUMI F style ピラティス 20:30 FUMI F style エアリアルピラティス ベーシックレベル	19 8:30 FUMI モーニングヨガ 10:00 mari 低空エアリアルヨガ ビギナー/ベーシックレベル 11:30 FUMI F style エアリアルピラティス ベーシックレベル 13:00 FUMI F style ピラティス 14:30 Mai 初めてのエアリアルヨガ ビギナーレベル 16:00 Mai ストレッチヨガ *	20 8:30 Mai リフレッシュエアリアルヨガ ビギナーレベル 10:00 Mai 身体を整えるピラティス 11:30 Mai ストレッチヨガ 13:00 mari 楽しむエアリアルヨガ ビギナー/ベーシックレベル GAYA 八タヨガフロー オールレベル
21	22 10:00 FUMI F style ピラティス 11:30 FUMI F style ヨガ 19:00 Mai 初めてのエアリアルヨガ ビギナーレベル 20:30 Mai 身体を整えるピラティス *	23 10:30 FUMI Dance 西葛西DDF 13:00 Kanna 初めてのピラティス *	24 10:00 FUMI ホイルリラックスヨガ 11:30 FUMI F style ピラティス 13:00 FUMI やさしいエアリアルヨガ ビギナーレベル 19:00 FUMI F style エアリアルヨガ ベーシックレベル 20:30 FUMI フローヨガ	25 10:00 FUMI 親子クラス ヨガ ピラティス 11:30 FUMI マタニティ ヨガ ピラティス 19:00 FUMI F style ピラティス 20:30 FUMI 自律神経を整えるヨガ *	26 8:30 FUMI モーニングヨガ 10:00 mari 低空エアリアルヨガ ビギナー/ベーシックレベル 10:15 FUMI Dance 本八幡BUZZ 13:00 FUMI F style エアリアルピラティス ベーシックレベル 14:30 Mai 初めてのエアリアルヨガ ビギナーレベル 16:00 Mai ストレッチヨガ *	27 8:30 Mai リフレッシュエアリアルヨガ ビギナーレベル 10:00 FUMI F style ピラティス 11:30 FUMI F style ヨガ 13:00 mari 楽しむエアリアルヨガ ビギナー/ベーシックレベル GAYA 八タヨガフロー オールレベル
28	29 10:00 FUMI F style ピラティス 11:30 FUMI F style ヨガ 13:00 FUMI やさしいエアリアルヨガ ビギナーレベル 19:00 Mai 初めてのエアリアルヨガ ビギナーレベル 20:30 Mai 身体を整えるピラティス *	30 13:00 Kanna 初めてのピラティス *	1 19:00 NAHO Night Yoga **	2	3	4

**エアリアルヨガ  
無料体験レッスン  
ご予約受付中**