

Monthly Schedule

9 2024

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
9/30	8/27	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>9月START NEW LESSON</p> <p>月曜日 20:30-21:30 身体を整えるピラティス ストレッチボールを使いながら 行っています◎</p> <p>土曜日 16:00-17:00 ストレッチヨガ ゆっくりカラダをほぐしましょう◎</p> <p>Mai</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>マタニティ/産後クラス</p> <p>無料体験レッスン</p> <p>studio F</p> </div> </div>				1
<p>19:00 Mai ★★ 初めてのエアリアルヨガ ピギナーレベル</p> <p>20:30 Mai ★ 身体を整えるピラティス</p>						<p>8:30 Mai ★★ リフレッシュエアリアルヨガ ピギナーレベル</p> <p>10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス</p> <p>13:00 mari ★★~★★★ 楽しむエアリアルヨガ ピギナー/ベーシックレベル</p>
2	3	4	5	6	7	8
<p>19:00 Mai ★★ 初めてのエアリアルヨガ ピギナーレベル</p> <p>20:30 Mai ★ 身体を整えるピラティス</p>	<p>10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス</p> <p>11:30 FUMI ★★ ヨガアライメント</p> <p>19:00 NAHO ★★ Night Yoga</p>	<p>13:00 Kanna ★ 初めてのピラティス</p> <p>20:30 GAYA ★★~★★★ ハタヨガフロー オールレベル</p>	<p>19:00 FUMI ★★ ベーシックエアリアルヨガ ベーシックレベル</p> <p>20:30 FUMI ★★~★★★ ホイルヨガ</p>	<p>10:00 FUMI ★★~★★★ 産後・親子クラス ヨガ ピラティス</p> <p>11:30 FUMI ★★~★★★ マタニティ ヨガ ピラティス</p> <p>19:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス</p> <p>20:30 FUMI ★★ エアリアルピラティス ベーシックレベル</p>	<p>10:00 mari ★★~★★★ 低空エアリアルヨガ ピギナー/ベーシックレベル</p> <p>14:30 Mai ★★ 初めてのエアリアルヨガ ピギナーレベル</p> <p>16:00 Mai ★ ストレッチヨガ</p>	<p>8:30 Mai ★★ リフレッシュエアリアルヨガ ピギナーレベル</p> <p>10:00 NAHO ★★ リフレッシュヨガ</p> <p>11:30 NAHO ★~★★★ 身体が整うほくしヨガ</p> <p>13:00 mari ★★~★★★ 楽しむエアリアルヨガ ピギナー/ベーシックレベル</p>
9	10	11	12	13	14	15
<p>19:00 Mai ★★ 初めてのエアリアルヨガ ピギナーレベル</p> <p>20:30 Mai ★ 身体を整えるピラティス</p>	<p>10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス</p> <p>11:30 FUMI ★★ 初めてのエアリアルヨガ ピギナーレベル</p> <p>19:00 NAHO ★★ Night Yoga</p>	<p>10:30 FUMI ★★ Dance 西島西DDF</p> <p>13:00 Kanna ★ 初めてのピラティス</p> <p>20:30 GAYA ★★~★★★ ハタヨガフロー オールレベル</p>	<p>19:00 FUMI ★★ ベーシックエアリアルヨガ ベーシックレベル</p> <p>20:30 FUMI ★★~★★★ フローヨガ</p>	<p>10:00 FUMI ★★~★★★ 産後・親子クラス ヨガ ピラティス</p> <p>11:30 FUMI ★★~★★★ マタニティ ヨガ ピラティス</p> <p>19:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス</p> <p>20:30 FUMI ★ リラックスエアリアルヨガ ピギナーレベル</p>	<p>8:30 野々田 好 ★★~★★★ パワーヨガ</p> <p>10:00 mari ★★~★★★ 低空エアリアルヨガ ピギナー/ベーシックレベル</p> <p>10:15 FUMI ★★ Dance 本八幡BUZZ</p> <p>13:00 FUMI ★★ エアリアルピラティス ベーシックレベル</p> <p>14:30 Mai ★★ 初めてのエアリアルヨガ ピギナーレベル</p> <p>16:00 Mai ★ ストレッチヨガ</p>	<p>8:30 Mai ★★ リフレッシュエアリアルヨガ ピギナーレベル</p> <p>10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス</p> <p>11:30 FUMI ★★ ヨガアライメント</p> <p>13:00 mari ★★~★★★ 楽しむエアリアルヨガ ピギナー/ベーシックレベル</p>
16	17	18	19	20	21	22
<p>10:00 Mai ★ ストレッチヨガ</p> <p>11:30 Mai ★ 身体を整えるピラティス</p> <p>13:00 Mai ★★ 初めてのエアリアルヨガ ピギナーレベル</p>	<p>10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス</p> <p>11:30 FUMI ★★ ヨガアライメント</p> <p>19:00 NAHO ★★ Night Yoga</p>	<p>13:00 Kanna ★ 初めてのピラティス</p> <p>20:30 GAYA ★★~★★★ ハタヨガフロー オールレベル</p>	<p>19:00 FUMI ★★ ベーシックエアリアルヨガ ベーシックレベル</p> <p>20:30 FUMI ★★~★★★ ホイルヨガ</p>	<p>10:00 FUMI ★★~★★★ 産後・親子クラス ヨガ ピラティス</p> <p>11:30 FUMI ★★~★★★ マタニティ ヨガ ピラティス</p> <p>19:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス</p> <p>20:30 FUMI ★★ エアリアルピラティス ベーシックレベル</p>	<p>8:30 野々田 好 ★★~★★★ パワーヨガ</p> <p>10:00 mari ★★~★★★ 低空エアリアルヨガ ピギナー/ベーシックレベル</p> <p>11:30 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス</p> <p>13:00 FUMI ★★ エアリアルピラティス ベーシックレベル</p> <p>14:30 Mai ★★ 初めてのエアリアルヨガ ピギナーレベル</p> <p>16:00 Mai ★ ストレッチヨガ</p>	<p>8:30 Mai ★★ リフレッシュエアリアルヨガ ピギナーレベル</p> <p>10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス</p> <p>11:30 FUMI ★★ ヨガアライメント</p> <p>13:00 mari ★★~★★★ 楽しむエアリアルヨガ ピギナー/ベーシックレベル</p>
23	24	25	26	27	28	29
<p>10:00 Mai ★ ストレッチヨガ</p> <p>11:30 Mai ★ 身体を整えるピラティス</p> <p>13:00 Mai ★★ 初めてのエアリアルヨガ ピギナーレベル</p>	<p>10:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス</p> <p>11:30 FUMI ★★ 初めてのエアリアルヨガ ピギナーレベル</p> <p>19:00 NAHO ★★ Night Yoga</p>	<p>10:30 FUMI ★★ Dance 西島西DDF</p> <p>13:00 Kanna ★ 初めてのピラティス</p> <p>20:30 GAYA ★★~★★★ ハタヨガフロー オールレベル</p>	<p>19:00 FUMI ★★ ベーシックエアリアルヨガ ベーシックレベル</p> <p>20:30 FUMI ★ 自律神経を整えるヨガ</p>	<p>19:00 FUMI ★★~★★★ ベーシックピラティス</p> <p>20:30 FUMI ★ リラックスエアリアルヨガ ピギナーレベル</p>	<p>8:30 野々田 好 ★★~★★★ パワーヨガ</p> <p>10:00 mari ★★~★★★ 低空エアリアルヨガ ピギナー/ベーシックレベル</p> <p>10:15 FUMI ★★ Dance 本八幡BUZZ</p> <p>13:00 FUMI ★★ エアリアルピラティス ベーシックレベル</p> <p>14:30 Mai ★★ 初めてのエアリアルヨガ ピギナーレベル</p> <p>16:00 Mai ★ ストレッチヨガ</p>	<p>8:30 Mai ★★ リフレッシュエアリアルヨガ ピギナーレベル</p> <p>10:00 Mai ★ 身体を整えるピラティス</p> <p>11:30 Mai ★ ストレッチヨガ</p> <p>13:00 mari ★★~★★★ 楽しむエアリアルヨガ ピギナー/ベーシックレベル</p>