

2019

# 7月

オレンジ色の時間は代行クラスです。

ごく稀にスケジュールが変更になっている場合がございます。  
予約の際に再度ご確認をお願い致します。

月	火	水	木	金	土	日
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
13:00- Rie ★★空中リフレッシュフローヨガ 14:45- Rie ★空中ベアシックヨガ	9:00- Yumi はじめての太極拳 11:15- Asuka ★★空中アロマベアシックヨガ 13:00- Mariko 脂肪燃焼ヨガ 14:45- Mariko 疲労回復ヨガ 18:30- Aco ★空中リラクソロジー 20:15- Aco ★★空中ふんわりアクティブヨガ	9:30- Yui はじめてのピラティス 11:00- Yui ボディメイクピラティス 12:30- Yuki ★★空中ふんわりアクティブヨガ 14:15- Yuki ハタヨガベアシックヨガ 15:45- Aco はじめてのアクロヨガ	10:00- Aco ★★空中ふんわりアクティブヨガ 11:45- Aco ★空中リラクソロジー 18:00- Mico スーパーリリースストレッチ 19:30- Mico ★★空中ふんわりアクティブヨガ 20:00- Mico スーパーコアトレーニング	9:30- Rie ★★空中フライングヨガ 11:15- Rie ★空中中級ストレッチヨガ 13:00- Rie パレエヨガ 18:30- Yuki ★空中リラクソロジー 20:15- Yuki ★★空中ふんわりアクティブヨガ	9:30- Mico ★★空中インナーバランスヨガ 11:15- Mico ★★空中サウンドシェイプヨガ 13:00- Yui はじめてのピラティス 14:30- Yui ボディメイクピラティス 17:45- Yuki ★空中ビギナーヨガ 19:30- Yuki ★★アクロバティック空中ヨガ	Closed
19:30- Mico ★キャンドルリラクソロジー	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
13:00- Rie ★★空中リフレッシュフローヨガ 14:45- Rie ★空中ベアシックヨガ	9:00- Yumi はじめての太極拳 11:15- Asuka ★★空中アロマベアシックヨガ 13:00- Mariko 脂肪燃焼ヨガ 14:45- Mariko 疲労回復ヨガ	9:30- Yui はじめてのピラティス 11:00- Yui ボディメイクピラティス 12:30- Rie ★★空中ふんわりアクティブヨガ 14:15- Rie パレエストレッチヨガ 15:45- Aco はじめてのアクロヨガ	10:00- Aco ★★空中ふんわりアクティブヨガ 11:45- Aco ★空中リラクソロジー 18:30- Riho ボディメイクシルクサスペンション 20:00- Riho 保幹力UPシルクサスペンション	9:30- Rie ★★空中フライングヨガ 11:15- Rie ★空中中級ストレッチヨガ 13:00- Rie パレエヨガ 18:30- Yuki ★空中リラクソロジー 20:15- Yuki ★★空中ふんわりアクティブヨガ	9:30- Mico ★★空中インナーバランスヨガ 11:15- Mico ★★空中サウンドシェイプヨガ 13:00- Yui はじめてのピラティス 14:30- Yui ボディメイクピラティス 17:45- Yuki ★空中ビギナーヨガ 19:30- Yuki ★★空中デトックスヨガ	9:30- Shintaro アシュタンガヨガ 11:15- Aco ★★空中リフレッシュフローヨガ 13:00- Aco ★お昼寝ヨガ 14:45- Aco はじめてのアクロヨガ
19:30- Mico ★キャンドルリラクソロジー	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
13:00- Asuka ★★空中アロマベアシックヨガ 14:45- Asuka ★空中アロマリラクソロジー	9:00- Yumi はじめての太極拳 11:15- Asuka ★★空中アロマベアシックヨガ 13:00- Mariko 脂肪燃焼ヨガ 14:45- Mariko 疲労回復ヨガ 18:30- Aco ★空中リラクソロジー 20:15- Aco ★★空中ふんわりアクティブヨガ	9:30- Yui はじめてのピラティス 11:00- Yui ボディメイクピラティス 12:30- Yuki ★★空中ふんわりアクティブヨガ 14:15- Yuki ゆったりリラクソロジー 15:45- Aco はじめてのアクロヨガ	10:00- Aco ★★空中ふんわりアクティブヨガ 11:45- Aco ★空中リラクソロジー	9:30- Rie ★★空中フライングヨガ 11:15- Asuka ★空中アロマリラクソロジー 18:30- Yuki ★空中リラクソロジー 20:15- Yuki ★★空中ふんわりアクティブヨガ	13:00- Yui はじめてのピラティス 14:30- Yui ボディメイクピラティス	9:30- Shintaro アシュタンガヨガ 11:15- Aco ★★空中リフレッシュフローヨガ 13:00- Aco ★お昼寝ヨガ 14:45- Aco はじめてのアクロヨガ
19:30- Mico ★キャンドルリラクソロジー	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
13:00- Rie ★★空中リフレッシュフローヨガ 14:45- Rie ★空中ベアシックヨガ	9:00- Yumi はじめての太極拳 11:15- Asuka ★★空中アロマベアシックヨガ 13:00- Mariko 脂肪燃焼ヨガ 14:45- Mariko 疲労回復ヨガ 18:30- Aco ★空中リラクソロジー 20:15- Aco ★★空中ふんわりアクティブヨガ	9:30- Yui はじめてのピラティス 11:00- Yui ボディメイクピラティス 12:30- Rie ★★空中ふんわりアクティブヨガ 14:15- Rie パレエストレッチヨガ 15:45- Aco はじめてのアクロヨガ	10:00- Aco ★★空中ふんわりアクティブヨガ 11:45- Aco ★空中リラクソロジー 18:30- Riho ボディメイクシルクサスペンション 20:00- Riho 保幹力UPシルクサスペンション	9:30- Rie ★★空中フライングヨガ 11:15- Rie ★空中中級ストレッチヨガ 13:00- Rie パレエヨガ 18:30- Yuki ★空中リラクソロジー 20:15- Yuki ★★空中ふんわりアクティブヨガ	9:30- Mico ★★空中インナーバランスヨガ 11:15- Mico ★★空中サウンドシェイプヨガ 13:00- Yui はじめてのピラティス 14:30- Yui ボディメイクピラティス 17:45- Yuki ★空中ビギナーヨガ 19:30- Yuki ★★空中デトックスヨガ	9:30- Shintaro アシュタンガヨガ 11:15- Aco ★★空中リフレッシュフローヨガ 13:00- Aco ★お昼寝ヨガ 14:45- Aco はじめてのアクロヨガ
19:30- Mico ★キャンドルリラクソロジー	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	1	2	3
13:00- Rie ★★空中リフレッシュフローヨガ 14:45- Rie ★空中ベアシックヨガ	9:00- Yumi はじめての太極拳 11:15- Asuka ★★空中アロマベアシックヨガ 13:00- Mariko 脂肪燃焼ヨガ 14:45- Mariko 疲労回復ヨガ 18:30- Aco ★空中リラクソロジー 20:15- Aco ★★空中ふんわりアクティブヨガ	9:30- Yui はじめてのピラティス 11:00- Yui ボディメイクピラティス 12:30- Yuki ★★空中ふんわりアクティブヨガ 14:15- Yuki ハタヨガベアシックヨガ 15:45- Aco はじめてのアクロヨガ	1	2	3	4
19:30- Mico ★キャンドルリラクソロジー	5	6	7	8	9	10
5	6	7	8	9	10	11