

1 (月)	2 (火)	3 (水)	4	5 (金)	6 (土)	7 (日)
9:30~10:30 ★★★ ヨガトレ REIRI オンラインなし	10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU	9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ REIRI		13:00~14:00 ★★ やさしいフロー HARU	9:30~10:30 ★★ ピラティス REIRI	10:00~11:00 ★★ ピラティス KEI
14:00~15:00 ★★ ビューティーヨガ KIHl		11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI			11:00~12:00 ★★★ ヨガトレ REIRI オンラインなし	11:30~12:30 ★★★ フローピラティス KEI
19:00~20:00 ★★ 夜ヨガ HARU		18:30~19:30 ★★ ピラティス SEIKO		19:00~20:00 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO	12:30~13:30 ★ リラックスヨガ REIRI	
		19:45~20:45 ★ 陰ヨガ SEIKO				
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11	12 (金)	13 (土)	14 (日)
9:30~10:30 ★★★ ヨガトレ REIRI オンラインなし	10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU	9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ REIRI		13:00~14:00 ★★★ ヨガフロー HARU	9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ MIHO	10:00~11:00 ★★ ビューティーヨガ KIHl
14:00~15:00 ★★ ビューティーヨガ KIHl		11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI			11:00~12:00 ★★★ FRピラティス MIHO	11:30~12:30 ★★★ パワーヨガ KIHl
19:00~20:00 ★★ ピラティス REIRI		18:30~19:30 ★★ やさしいハタヨガ SEIKO		19:00~20:00 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO	13:30~15:45 ※108回太陽礼拝※	
		19:45~20:45 ★ 陰ヨガ SEIKO				
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18	19 (金)	20 (土)	21 (日)
お休み  AMELIE.RJU.YOGA	10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU	9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ REIRI		13:00~14:00 ★★ やさしいフロー REIRI	10:00~11:00 ★★ ピラティス KEI	9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ HARU
		11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI				11:00~12:00 ★★★ ヨガフロー HARU
		19:00~20:00 ★★ 夜ヨガ HARU		19:00~20:00 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO	11:30~12:30 ★★★ アクティブピラティス KEI	12:30~13:30 ★ リラックスヨガ HARU
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25	26 (金)	27 (土)	28 (日)
9:30~10:30 ★★★ ヨガトレ REIRI オンラインなし	10:00~11:00 ★★ 癒しのタイヨガ & マッサージ HARU	9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ REIRI		13:00~14:00 ★★ やさしいフロー HARU	9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ MIHO	10:00~11:00 ★★★ フローピラティス KEI
14:00~15:00 ★★ ビューティーヨガ KIHl		11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI			11:00~12:00 ★★★ FRピラティス MIHO	11:30~12:30 ★★ ビューティーヨガ KIHl
19:00~20:00 ★★ 夜ヨガ HARU		18:30~19:30 ★★ ピラティス SEIKO		19:00~20:00 ★★ 太陽礼拝〜マントラ付〜 YUUKO	12:30~13:30 ★★ 年越し浄化ヨガ MIHO	
		19:45~20:45 ★ 陰ヨガ SEIKO				
29 (月)	30 (火)	31 (水)	レッスン体験 1000円 ヨガが初めての方は、★マーク 1~2つのレッスンがおすすめです HP・LINEよりご予約ください  			
9:30~10:30 アーユルヴェー ダのお話とギー作り REIRI	年末に向けて 特別レッスン もりだくさん!! Lets Try★	今年一年も皆様と素晴らしい 時間を過ごせたことに 感謝いたします 年始は1月3日から レッスンスタートです! 来年もよい一年となります ように☆どうぞよいお年を!				
14:00~15:00 ★★ ビューティーヨガ KIHl						
19:00~20:00 ★★★ 年末の燃焼ピラティス! REIRI						

※スタジオレッスンを
オンライン受講できます
(対象:フリーパス
/オンラインフリーパス)

★…運動量目安