

<p>3 0 (月)</p> <p>9:30~10:30 ★★★ ハンモックフィット I REIRI <small>オンラインなし</small></p> <p>14:00~15:00 ★★ ビューティーヨガ KIHII</p> <p>19:00~20:00 ★★ ピラティス REIRI</p>	<p>3 1 (火)</p> <p>10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU</p>	<p>「ハンモックフィットII」 オンライン配信は行いますが、 スタジオではハンモックを使用 するため、オンラインでは ポールやブロックを代用した ハンモックなしの動きになる ことをご了承ください</p>	<p>レッスン体験 1000円</p> <p>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</p>  <p>*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</p>		<p>1 (日)</p> <p>10:00~11:00 ★★ ピラティス KEI</p> <p>11:30~12:30 ★★★ フローピラティス KEI</p>
<p>2 (月)</p> <p>9:30~10:30 ★★★ ハンモックフィット I REIRI <small>オンラインなし</small></p> <p>14:00~15:00 ★★ ビューティーヨガ KIHII</p> <p>19:00~20:00 ★★ 夜ヨガ HARU</p>	<p>3 (火)</p> <p>10:00~11:00 ★★ ハタヨガベーシック HARU</p>	<p>4 (水)</p> <p>9:30~10:30 ★★★ ハンモックフィット II REIRI</p> <p>11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI</p> <p>19:00~20:00 ★★ やさしいハタヨガ SHOKO</p>	<p>5 (金)</p> <p>13:00~14:00 ★★ やさしいフロー HARU</p> <p>18:30~19:30 ★★ 陰陽フロー YUUKO</p> <p>19:45~20:45 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO</p>	<p>7 (土)</p> <p>9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ MIHO</p> <p>11:00~12:00 ★★★ FRピラティス MIHO</p> <p>12:30~13:30 ★★ ベーシックピラティス MIHO</p>	<p>8 (日)</p> <p>10:00~11:00 ★★ ビューティーヨガ KIHII</p> <p>11:30~12:30 ★★ やさしいデトックス KIHII</p>
<p>9 (月)</p> <p>9:30~10:30 ★★★ ハンモックフィット I REIRI <small>オンラインなし</small></p> <p>14:00~15:00 ★★ ビューティーヨガ KIHII</p> <p>19:00~20:00 ★★ ピラティス REIRI</p>	<p>1 0 (火)</p> <p>10:00~11:00 ★ リラックスヨガ REIRI</p>	<p>1 1 (水)</p> <p>9:30~10:30 ★★ ピラティス REIRI</p> <p>11:00~12:00 ★★ やさしいハタヨガ REIRI</p> <p>19:00~20:00 ★★ やさしいハタヨガ SHOKO</p>	<p>12 1 3 (金)</p> <p>13:00~14:00 ★★ やさしいフロー HARU</p> <p>19:00~20:00 ★★ 夜ヨガ HARU</p>	<p>1 4 (土)</p> <p>9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ HARU</p> <p>11:00~12:00 ★★★ ヨガフロー HARU</p> <p>12:30~13:30 ★ リラックスヨガ HARU</p>	<p>1 5 (日)</p> <p>8:30~9:30 ★★ 朝ヨガ REIRI</p> <p>10:00~11:00 ★★★ アクティブピラティス KEI</p> <p>11:30~12:30 ★★ ピラティス KEI</p>
<p>1 6 (月)</p> <p>お休み</p>  <p>AMELIE.RJU.YOGA</p>	<p>1 7 (火)</p> <p>10:00~11:00 ★★ ハタヨガベーシック HARU</p>	<p>1 8 (水)</p> <p>9:30~10:30 ★★★ ハンモックフィット II REIRI</p> <p>11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI</p> <p>19:00~20:00 ★★ やさしいハタヨガ SHOKO</p>	<p>19 2 0 (金)</p> <p>13:00~14:00 ★★ やさしいフロー HARU</p> <p>18:30~19:30 ★★ 陰陽フロー YUUKO</p> <p>19:45~20:45 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO</p>	<p>2 1 (土)</p> <p>9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ MIHO</p> <p>11:00~12:00 ★★★ FRピラティス MIHO</p> <p>12:30~13:30 ★ デトックスヨガ MIHO</p>	<p>2 2 (日)</p> <p>10:00~11:00 ★★ ピラティス KEI</p> <p>11:30~12:30 ★★★ フローピラティス KEI</p>
<p>2 3 (月)</p> <p>9:30~10:30 ★★★ ハンモックフィット I REIRI <small>オンラインなし</small></p> <p>14:00~15:00 ★★ ビューティーヨガ KIHII</p> <p>19:00~20:00 ★★ やさしいハタヨガ SHOKO</p>	<p>2 4 (火)</p> <p>10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU</p>	<p>2 5 (水)</p> <p>9:30~10:30 ★★ ピラティス REIRI</p> <p>11:00~12:00 ★★ やさしいハタヨガ REIRI</p> <p>19:00~20:00 ★★ ピラティス REIRI</p>	<p>26 2 7 (金)</p> <p>13:00~14:00 ★★★ ヨガフロー HARU</p> <p>18:30~19:30 ★★ 陰陽フロー YUUKO</p> <p>19:45~20:45 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO</p>	<p>2 8 (土)</p> <p>9:30~10:30 ★★ ピラティス REIRI</p> <p>11:00~12:00 ★★★ ハンモックフィット I REIRI <small>オンラインなし</small></p> <p>12:30~13:30 ★ リラックスヨガ REIRI</p>	<p>2 9 (日)</p> <p>8:30~9:30 ★★ 朝ヨガ HARU</p> <p>10:00~11:00 ★★★ ヨガフロー HARU</p> <p>11:30~12:30 ★ メディテーションヨガ HARU</p>