

レッスン体験 1000円

ヨガが初めての方は、★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



水色枠はGW特別レッスン!

通常レッスンと同様に受けられます
ぜひご参加ください♪



★…運動量目安 *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)

4 (月)		5 (火)		6 (水)		7 (木)		8 (金)		9 (土)		10 (日)	
9:30~10:30 ★★★ ハンモックフィット I REIRI <small>オンラインなし</small>		10:00~11:00 ★★ ハタヨガベーシック HARU		9:30~10:30 ★★★ ハンモックフィット II REIRI				13:00~14:00 ★★ やさしいフロー HARU		9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ MIHO		8:30~9:30 ★★ 朝ヨガ HARU	
14:00~15:00 ★★ ビューティーヨガ KIHII		「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 ボ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		11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI				18:30~19:30 ★★ 陰陽フロー YUUKO		11:00~12:00 ★★ FRPタンデムウォークMIHO		10:00~11:00 ★★ ビューティーヨガ KIHII	
19:00~20:00 ★★ 夜ヨガ HARU				19:00~20:00 ★ お疲れ解消ヨガ SHOKO				19:45~20:45 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO		12:30~13:30 ★★ ベーシックピラティス MIHO		11:30~12:30 ★ リラックスヨガ HARU	
11 (月)		12 (火)		13 (水)		14 (木)		15 (金)		16 (土)		17 (日)	
9:30~10:30 ★ リラックスヨガ HARU		10:00~11:00 ★★★ ハンモックフィット I REIRI <small>オンラインなし</small>		9:30~10:30 ★★ ピラティス REIRI				13:00~14:00 ★★★ ヨガフロー HARU		9:30~10:30 ★★ ピラティス REIRI		お休み  AMELIE.RJU.YOGA	
14:00~15:00 ★★ ビューティーヨガ KIHII				11:00~12:00 ★★ やさしいハタヨガ REIRI				18:30~19:30 ★★ 陰陽フロー YUUKO		11:00~12:00 ★★★ ハンモックフィット I REIRI <small>オンラインなし</small>			
19:00~20:00 ★★ 夜ヨガ HARU				19:00~20:00 ★★ やさしいハタヨガ SHOKO				19:45~20:45 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO		12:30~13:30 ★ リストラティブヨガREIRI			
18 (月)		19 (火)		20 (水)		21 (木)		22 (金)		23 (土)		24 (日)	
9:30~10:30 ★★★ ハンモックフィット I REIRI <small>オンラインなし</small>		10:00~11:00 ★★ ハタヨガベーシック HARU		9:30~10:30 ★★★ ハンモックフィット II 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 ★★★ アクティブピラティス KEI	
14:00~15:00 ★★ ビューティーヨガ KIHII				11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI				18:30~19:30 ★★ 陰陽フロー YUUKO		11:00~12:00 ★★★ FRピラティス MIHO		11:30~12:30 ★★ やさしいフロー HARU	
19:00~20:00 ★★ ピラティス REIRI				19:00~20:00 ★★ やさしいハタヨガ SHOKO				19:45~20:45 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO		12:30~13:30 ★ デトックスヨガ MIHO			
25 (月)		26 (火)		27 (水)		28 (木)		29 (金)		30 (土)		31 (日)	
9:30~10:30 ★★★ ハンモックフィット I REIRI <small>オンラインなし</small>		10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU		9:30~10:30 ★★ ピラティス REIRI				13:00~14:00 ★★ やさしいフロー HARU		9:30~10:30 ★★ ピラティス REIRI		8:30~9:30 ★★ ピラティス KEI	
14:00~15:00 ★★ ビューティーヨガ KIHII				11:00~12:00 ★★ ハタヨガベーシック HARU				18:30~19:30 ★★ 陰陽フロー YUUKO		11:00~12:00 ★★★ ハンモックフィット I REIRI <small>オンラインなし</small>		10:00~11:00 ★★ ビューティーヨガ KIHII	
19:00~20:00 ★★ ピラティス REIRI				19:00~20:00 ★★ やさしいハタヨガ SHOKO				19:45~20:45 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO				11:30~12:30 ★★ やさしいデトックス KIHII	