

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



ハンモックヨガ

・8日(土)14:30~
・11日(火)13:00~

担当 REIRI
料金: 3000円

※フリーパスの方は2500円
※回数券1回消化+1500円



*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

1 (土)		2 (日)	
9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ MIHO		10:00~11:00 ★★ ビューティーヨガ KIH	
11:00~12:00 ★★★ FRピラティス MIHO		11:30~12:30 ★★★ パワーヨガ KIH	
12:30~13:30 ★★ デトックスヨガ MIHO			
3 (月)		4 (火)	
9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ YUUKO		10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU	
14:00~15:00 ★★ ビューティーヨガ KIH			
19:00~20:00 ★★ ピラティス REIRI			
5 (水)		6 (木)	
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	
11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI		19:00~20:00 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO	
19:00~20:00 ★★ やさしいフロー REIRI			
7 (金)		8 (土)	
		9:30~10:30 ★★ トラディショナルヨガ SEIKO	
		11:00~12:00 ★ 陰ヨガ SEIKO	
		14:30~15:45 ※別塗料金 ハンモックヨガ REIRI	
9 (日)		10:00~11:00 ★★ ピラティス KEI	
		11:30~12:30 ★★★ フローピラティス KEI	
10 (月)		11 (火)	
9:30~10:30 ★★ ハタヨガ入門 YUUKO		10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU	
19:00~20:00 ★★ 夜ヨガ HARU		13:00~14:15 ※別塗料金 ハンモックヨガ REIRI	
12 (水)		13 (木)	
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	
11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI		19:00~20:00 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO	
18:30~19:30 ★★ ピラティス SEIKO			
19:45~20:45 ★ 陰ヨガ SEIKO			
14 (金)		15 (土)	
		9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ MIHO	
		11:00~12:00 ★★★ FRピラティス MIHO	
		12:30~13:30 ★★★ やさしいヴィンヤサ MIHO	
16 (日)		お休み	
		 AMELIE.RJU.YOGA	
17 (月)		18 (火)	
9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ REIRI		10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU	
14:00~15:00 ★★★ パワーヨガ KIH			
19:00~20:00 ★★ ピラティス REIRI			
19 (水)		20 (木)	
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	
11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI		19:00~20:00 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO	
18:30~19:30 ★★ やさしいハタヨガ SEIKO			
19:45~20:45 ★ 陰ヨガ SEIKO			
21 (金)		22 (土)	
		9:30~10:30 ★★ やさしいフロー REIRI	
		11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI	
		12:30~13:30 ★ リラックスヨガ REIRI	
23 (日)		10:00~11:00 ★★★ アクティブピラティス KEI	
		11:30~12:30 ★★ ビューティーヨガ KIH	
24 (月)		25 (火)	
9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ YUUKO		10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU	
14:00~15:00 ★★ ビューティーヨガ KIH			
19:00~20:00 ★★★ ヨガフロー HARU			
26 (水)		27 (木)	
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	
11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI		19:00~20:00 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO	
18:30~19:30 ★★ ピラティス SEIKO			
19:45~20:45 ★ 陰ヨガ SEIKO			
28 (金)		29 (土)	
		9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ HARU	
		11:00~12:00 ★★★ ヨガフロー HARU	
		12:30~13:30 ★ リラックスヨガ HARU	
30 (日)		10:00~11:00 ★★ ピラティス KEI	
		11:30~12:30 ★★★ フローピラティス KEI	