

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



*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

ハンモックフィット

「ヨガトレ」から名前変更しました！
内容は従来のヨガトレ同様です
引き続きよろしくお願いします！
※ハンモックを使用するためオンライン
の配信はありません

1 (日)

10:00~11:00 ★★
ピラティス KEI

11:30~12:30 ★★★
フローピラティス KEI

2 (月)

3 (火)

4 (水)

5

6 (金)

7 (土)

8 (日)

9:30~10:30 ★★★
ハンモックフィットREIRI
オンラインなし

14:00~15:00 ★★
ビューティーヨガ KIHII

19:00~20:00 ★★
夜ヨガ HARU

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

11:00~12:00 ★★
ピラティス REIRI

19:00~20:00 ★★
やさしいハタヨガ SHOKO

13:00~14:00 ★★
やさしいフロー HARU

18:30~19:30 ★★
陰陽フロー YUUKO

19:45~20:45 ★
ゆったり整えヨガ YUUKO

9:30~10:30 ★★
朝ヨガ MIHO

11:00~12:00 ★★★
FRピラティス MIHO

12:30~13:30 ★★
ベーシックピラティス
MIHO

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 KIHII

9 (月)

10 (火)

11 (水)

12

13 (金)

14 (土)

15 (日)

9:30~10:30 ★★★
ハンモックフィットREIRI
オンラインなし

14:00~15:00 ★★
ビューティーヨガ KIHII

19:00~20:00 ★★
ピラティス REIRI

10:00~11:00 ★
リラックスヨガ HARU

9:30~10:30 ★★
やさしいフロー HARU

11:00~12:00 ★★
ピラティス REIRI

19:00~20:00 ★★
やさしいハタヨガ SHOKO

13:00~14:00 ★★
やさしいフロー REIRI

18:30~19:30 ★★
陰陽フロー YUUKO

19:45~20:45 ★
ゆったり整えヨガ YUUKO

9:30~10:30 ★★
ピラティス REIRI

11:00~12:00 ★★★
ハンモックフィットREIRI
オンラインなし

12:30~13:30 ★
リラックスヨガ REIRI

10:00~11:00 ★★
ビューティーヨガ KIHII

11:30~12:30 ★★
やさしいデトックス KIHII

16 (月)

17 (火)

18 (水)

19

20 (金)

21 (土)

22 (日)

9:30~10:30 ★★★
ハンモックフィットREIRI
オンラインなし

14:00~15:00 ★★
ビューティーヨガ KIHII

19:00~20:00 ★★
夜ヨガ HARU

10:00~11:00 ★
メディテーションヨガ
HARU

9:30~10:30 ★★
やさしいハタヨガ REIRI

11:00~12:00 ★★
ピラティス REIRI

19:00~20:00 ★★
やさしいハタヨガ SHOKO

13:00~14:00 ★★★
ヨガフロー HARU

18:30~19:30 ★★
陰陽フロー YUUKO

19:45~20:45 ★
ゆったり整えヨガ YUUKO

9:30~10:30 ★★
朝ヨガ MIHO

11:00~12:00 ★★★
FRピラティス MIHO

12:30~13:30 ★
デトックスヨガ MIHO

10:00~11:00 ★★
ピラティス KEI

11:30~12:30 ★★★
フローピラティス KEI

23 (月)

24 (火)

25 (水)

26

27 (金)

28 (土)

9:30~10:30 ★
ゆったり整えヨガ YUUKO

14:00~15:00 ★★
ビューティーヨガ KIHII

19:00~20:00 ★★
ピラティス REIRI

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

11:00~12:00 ★★
ピラティス REIRI

19:00~20:00 ★★
やさしいハタヨガ SHOKO

13:00~14:00 ★★
やさしいフロー REIRI

18:30~19:30 ★★
陰陽フロー YUUKO

19:45~20:45 ★
ゆったり整えヨガ YUUKO

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



AMELIE.RJU.YOGA