

*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 (火)	2 (水)	3	4 (金)	5 (土)	6 (日)
10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU 「ハンモックヨガ」 初心者OK/逆転あり チケット+1000円	9:30~10:30 ★★ ピラティス REIRI 11:00~12:00 ハンモックヨガ 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 ★ ポールほぐしヨガYUUKO 19:45~20:45 ★★ 月礼拝 YUUKO	9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ NATSUMI 11:00~12:00 ★ リラックスヨガ NATSUMI	10:00~11:00 ★★ ピラティス KEI 11:30~12:30 ★★ ハタヨガベーシック HARU
7 (月)	8 (火)	9 (水)	10	11 (金)	12 (土)
9:30~10:30 ★★ ハンモックフィットⅡ 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 ★★ 月礼拝 YUUKO	10:00~11:00 ★★ ハタヨガベーシック HARU 「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	9:30~10:30 ★★ ハンモックフィットⅠ 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 19:45~20:45 ★★ ピラティス REIRI	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
14 (月)	15 (火)	16 (水)	17	18 (金)	19 (土)
9:30~10:30 ★★ ハンモックフィットⅠ 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 ★★ やさしいハタヨガ SHOKO	10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU	9:30~10:30 ★★ ピラティス REIRI 11:00~12:00 ★★ やさしいハタヨガ 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 ★ ポールほぐしヨガYUUKO 19:45~20:45 ★★ 月礼拝 YUUKO	9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ NATSUMI 11:00~12:00 ★ リラックスヨガ NATSUMI
21 (月)	22 (火)	23 (水)	24	25 (金)	26 (土)
9:30~10:30 ★★ ハンモックフィットⅠ 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 ★★ ハタヨガベーシック HARU	お休み  AMELIE.RJU.YOGA		13:00~14:00 ★★ やさしいフロー HARU 18:30~19:30 ★ ポールほぐしヨガYUUKO 19:45~20:45 ★★ 月礼拝 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
28 (月)	29 (火)	30 (水)	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 		
9:30~10:30 ハンモックヨガ REIRI 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 「ハンモックヨガ」 初心者OK/逆転あり チケット+1000円	9:30~10:30 ★★ ハンモックフィットⅡ REIRI 11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI 19:00~20:00 ★★ 夜ヨガ HARU	2026 Rju11th スタジオ感謝祭 9月13日(日) ワークショップやレッスンのご予約 は、レッスン予約フォームから受付 中♪どなたでもご参加OK♪ お気軽に遊びに来てください😊		

スタジオ感謝祭

★ワークショップ
★フリーレッスン
★ウェア販売
★スタジオPARTY etc...

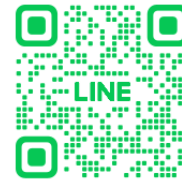
お休み



AMELIE.RJU.YOGA

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



2026 Rju11th

スタジオ感謝祭

9月13日(日)

ワークショップやレッスンのご予約
は、レッスン予約フォームから受付
中♪どなたでもご参加OK♪
お気軽に遊びに来てください😊

