

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN	
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
							10:30 ~ 11:45 アシュタングヨガⅠ 10,24日) アシュタ ングヨガⅡ トモヒロ 3日) 代講			※10月1日(火)は銀座スタジオ店休日のため、 全クラス休講となります。			
11:00 ~ 12:15 ヨガボディⅡ ユカリ	12:00 ~ 13:00 📌 筋膜ストレッチ~ 7日) 整顔 14日) くびれ 21日) 美脚 28日) ビューティ・ベル ヴィス ニノ	11:00 ~ 12:15 アロマヨガ フロー Ⅰ カヨ 1日) 休講 22日) 代講		11:30 ~ 12:45 アロマヨガ フロー Ⅰ キコ		11:00 ~ 12:00 バランスボールピ ラティス レナ		11:30 ~ 12:30 📌 エクササイズロー ラーピラティス 25日) 姿勢改善ピラ ティス トシエ	11:00 ~ 12:15 📌 ヨガボディⅠ サイコ	11:00 ~ 12:00 ジャイロキネシス カヨ ヤスヨ 12日) 休講	11:00 ~ 12:00 体幹コントロール ピラティスⅡ ヤスヨ 13日) 休講	11:30 ~ 12:45 📌 ヨガボディⅠ ノブ 13日) 休講	
13:00 ~ 14:00 📌 体幹コントロール ピラティスⅠ マユ		13:00 ~ 14:00 📌 ヨガリラックス カヨ 1日) 休講 22日) 代講		13:15 ~ 14:15 体幹コントロールピ ラティスⅠ 📌 30日) 体幹コント ロールピラティスⅡ ヨウコ		13:00 ~ 14:00 📌 アロマヨガリラックス 31日) 13:00~14:15 📌 はじめてのヨガ ヤスヨ	12:45 ~ 13:45 産後リカバリーヨ ガ アキコ 17日) 代講		12:45 ~ 14:00 ヨガフローⅠ サイコ	12:30 ~ 13:30 📌 ヨガリラックス カヨ 12日) 休講		12:30 ~ 13:45 ヨガフローⅡ トモ 13日) 休講	13:15 ~ 14:15 📌 体幹コントロール ピラティスⅠ キョウシツ 13日) 休講
	14:30 ~ 15:30 マタニティピラ ティス マユ	15:00 ~ 16:00 📌 ビューティ・ベルヴィス 24日) 筋膜ストレッチ~ くびれ ミワ 1日) 休講 15日) 代講			7,8,9,10月限定クラ ス 14:30 ~ 15:30 📌 極上のリラクゼー ションヨガ サナ		14:30 ~ 15:45 マタニティヨガ ミヅホ		15:00 ~ 16:00 📌 ヨガリラックス カヨ	14:00 ~ 15:00 📌 体幹コントロール ピラティスⅠ サトミ 12日) 休講	13:30 ~ 14:45 📌 ヨガボディⅠ マユミ 12日) 休講	14:15 ~ 15:30 ヨガフローⅠ マサヨシ 27日) 代講 13日) 休講	14:45 ~ 16:00 アロマヨガ フロー Ⅰ キコ 13日) 休講
祝日のみ時間変更あり 15:30 ~ 16:30 バランスボールピラ ティス 14日) 14:45~15:45 ヤスヨ	16:15 ~ 17:15 📌 ヨガリラックス ハッチ	16:30 ~ 17:30 体幹コントロール ピラティスⅡ イクコ 1日) 休講				16:15 ~ 17:30 📌 ヨガボディⅠ カコ		16:15 ~ 17:15 📌 筋膜ストレッチ~ 4日) 整顔 11日) くびれ 18日) 美脚 25日) ビューティ・ベル ヴィス キョウコ		15:30 ~ 16:30 代謝アップピラティ スⅠ 📌 26日) 代謝アップピ ラティスⅡ サトミ 12日) 休講	15:15 ~ 16:30 ヨガメディテー ション ハッチ 12日) 休講	15:45 ~ 16:45 📌 ビューティ・ベルヴィス 6日) ニノ 13,27日) ナオミ 20日) フローダンス (ニノ) 13日) 休講	16:30 ~ 17:30 📌 ヨガニドラー ~寝たままヨガ キコ 13日) 休講
				受付開始時間は 17:45~となります。						16:45 ~ 17:45 📌 ヨガリラックス ヤスヨ 5日) 代講 12日) 休講	17:00 ~ 18:15 ヨガフローⅡ ハッチ 12日) 休講		
18:30 ~ 19:45 アロマヨガ フロー Ⅰ ジビョン 14日) 休講	18:45 ~ 19:45 📌 筋膜ストレッチ~ 7日) 整顔 21日) 美脚 28日) ビューティ・ベル ヴィス ニノ 14日) 休講	18:30 ~ 19:30 体幹コントロールピラ ティスⅠ 📌 8日) 体幹コントロール ピラティスⅡ イクコ 1,22日) 休講	18:45 ~ 19:45 📌 ビューティ・ベル ヴィス キヨコ 1,22日) 休講	18:30 ~ 19:45 ヨガフローⅡ カヨ	18:30 ~ 19:30 ヨガリラックス 📌 30日) 18:30~19:45 ヨガメディテーショ ン カコ	18:45 ~ 19:45 📌 ビューティ・ベル ヴィス キョウコ	18:30 ~ 19:45 ヨガフローⅡ アキラ	18:30 ~ 19:30 📌 体幹コントロール ピラティスⅠ ヒロト	18:45 ~ 20:00 ヨガフローⅠ ユカリ				
20:00 ~ 21:15 ヨガフローⅡ マユミ 28日) リストラ ティブヨガ 14日) 休講		20:00 ~ 21:15 📌 ヨガボディⅠ ハッチ 1,22日) 休講		20:00 ~ 21:00 📌 アロマヨガ リラッ クス (60分) カヨ		20:15 ~ 21:15 📌 エクササイズロー ラーピラティス 10,24日) 姿勢改善 ピラティス アユミ	20:00 ~ 21:15 ヨガフローⅠ アキラ	19:45 ~ 21:00 アシュタングヨガⅠ 11,25日) アシュタ ングヨガⅡ トモヒロ 4日) 代講	20:15 ~ 21:30 リストラティブ ヨガ ユカリ				
										急なクラス変更や代講、休講になることが ございます。 詳細はweb予約フォームでご確認の上、 ご来店をお願いいたします。			