

👇: 未経験者におすすめ
(for beginner)

■ ヨガ(Yoga) 60分、75分
 ■ ピラティス(Pilates) 60分
 ■ ビューティ・ベルヴィス(Beauty pelvis) 75分
 ■ マタニティ、リカバリー
 (Prenatal, Mama with Baby) 60分、75分

※クラスについての詳しい内容は、こちらをご覧ください。

※Check here for more information
(Japanese text only)



MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT	SUN		
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	A		
<p>【店休日】 2月2日(火) 2月17日(水) 2月26日(金)</p>		<p>店休日はyoggy airをご活用ください! ご予約はコチラから➡</p>				<p>☆☆オススメワークショップ☆☆ 2月21日14:45~16:15 担当:ロミ チャクラ×ヨガニドラー ~チャクラで自分を知り、深い安らぎを~</p>						<p>8:00 ~ 9:15 アシュタンガヨガ I : 7日、21日) II : 14日) III : 28日) マツコ</p>	
11:00 ~ 12:15 ヨガビギナー ヤエ		11:00 ~ 12:00 アロマヨガ リラックス カオ		11:00 ~ 12:00 温活ヨガ ジュン		11:15 ~ 12:30 フロー I モミ		11:00 ~ 12:00 代謝アップ ピラティス I ハルカ		11:00 ~ 12:15 アロマヨガ フロー I トモ	9:45 ~ 11:00 ヨガビギナー ジュン		
12:45 ~ 13:45 アロマヨガ リラックス ユミ		12:30 ~ 13:30 ビューティ・ ベルヴィス 9.16日) ベルヴィス・ フローダンス 23日) ユミ		12:30 ~ 13:30 ピラティスビギナー ハルカ		13:00 ~ 14:00 ウエストシェイプ ピラティス ミホ		12:30 ~ 13:45 アロマヨガ フロー I カオ		12:45 ~ 13:45 ピラティスビギナー 6.13.27日) 体幹コントロール ピラティス I 20日) アサミ	11:30 ~ 12:30 ウエストシェイプ ピラティス ナナ		
14:15 ~ 15:15 ビューティ・ ベルヴィス 1.15.22 日) ベルヴィス・ フローダンス 8日) ユミ		14:00 ~ 15:15 ヨガビギナー マツコ		14:00 ~ 15:15 ヨガビギナー マーク		14:30 ~ 15:30 アロマヨガ リラックス カオリ		14:15 ~ 15:15 温活ヨガ トム		14:15 ~ 15:30 ヨガビギナー ロミ	13:00 ~ 14:15 フロー II 7.21日) ヨガアライメント I 14.28日) カオリ		
18:45 ~ 20:00 ヨガフロー I モミ	18:30 ~ 19:30 ビューティ・ ベルヴィス ユウコ	18:30 ~ 19:30 アロマヨガ リラックス トモ	18:45 ~ 20:00 ヨガアライメント I 16日) フロー II 9日) ロミ	18:30 ~ 19:45 ヨガビギナー ロミ	19:00 ~ 20:00 ビューティ・ ベルヴィス ユウコ	18:45 ~ 20:00 フロー I ヤエ	18:30 ~ 19:30 代謝アップ ピラティス II ナナ	18:45 ~ 20:00 アロマヨガ フロー I ロミ		16:00 ~ 17:00 温活ヨガ モミ	14:45 ~ 15:45 ヨガニドラー 7日) ロミ アロマヨガリラックス 14.28日) カオリ		
<p><2月11日(木)祝日スケジュール> 11:15~12:30 ヨガビギナー モミ 13:00~14:00 ウエストシェイプピラティス ミホ 14:30~15:30 アロマヨガリラックス カオリ</p>		<p><2月23日(火)祝日スケジュール> 11:00~12:00アロマヨガリラックス カオ 12:30~13:30ベルヴィスフローダンス ユミ 14:00~15:15ヨガフロー I マツコ</p>				<p>※オレンジの太枠のクラスは内容や時間が変更になっております。 ※代講・休講・祝日スケジュールはスタジオに掲示されている一覧表を ご覧ください。 ※天候などの影響により、クラス内容やインストラクターが変更になる 場合がございます。 ※すべてのクラスは日本語で行われます</p>							