

2024年6月

スタジオレッスンスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
					9:45 やわらかくなる ヨガ👉	9:45 朝のパワーヨガ
					11:15 デトックス エアリアルヨガ	11:15 エアリアルヨガ 美脚・美尻
					15:05 ピラティス ハンモックサポート	
3	4	5	6	7	8	9
10:00 エアリアルヨガ 美脚・美尻	10:00 デトックス エアリアルヨガ	10:00 やさしい ヨガ👉	10:00 ミュージック スタイルヨガ	9:30 ボディメイク ピラティス	9:45 朝のやさしい 太陽礼拝👉	9:45 全身のびのび フローヨガ
	12:00 トランポリン フィットネス		11:30 全身スッキリ エアリアルヨガ		11:00 ミュージック フィールヨガ	11:15 やさしい👉 エアリアルヨガ
			13:30 ママ&ベビーヨガ	13:00 やさしい👉 エアリアルヨガ	15:05 ピラティス ハンモックサポート	
	18:00 やさしい👉 エアリアルヨガ					
20:00 ミュージック フィールヨガ	20:00 月礼拝👉	20:00 美姿勢 ピラティス	19:50 安眠 エアリアルヨガ	19:50 全身スッキリ エアリアルヨガ		
10	11	12	13	14	15	16
10:00 エアリアルヨガ 美脚・美尻	10:00 デトックス エアリアルヨガ	10:00 やさしい ヨガ👉	10:00 ミュージック スタイルヨガ	9:30 ボディメイク ピラティス	9:45 やわらかくなる ヨガ👉	9:45 朝のパワーヨガ
	12:00 トランポリン フィットネス		11:30 全身スッキリ エアリアルヨガ		10:30 デトックス エアリアルヨガ	11:15 エアリアルヨガ 美脚・美尻
			13:30 ママ&ベビーヨガ	13:00 やさしい👉 エアリアルヨガ	15:05 ピラティス ハンモックサポート	
	18:00 やさしい👉 エアリアルヨガ					
20:00 ミュージック フィールヨガ	20:00 ゆるめるヨガ👉	20:00 美姿勢 ピラティス	19:50 エアリアルヨガ 美脚・美尻	19:50 全身スッキリ エアリアルヨガ		
17	18	19	20	21	22	23
10:00 エアリアルヨガ 美脚・美尻	10:00 デトックス エアリアルヨガ	10:00 やさしい ヨガ👉	10:00 ミュージック スタイルヨガ	9:30 ボディメイク ピラティス	9:45 朝のやさしい 太陽礼拝👉	9:45 全身のびのび フローヨガ
	12:00 トランポリン フィットネス		11:30 全身スッキリ エアリアルヨガ	11:00 やさしい👉 エアリアルヨガ	10:30 ミュージック フィールヨガ	11:15 やさしい👉 エアリアルヨガ
			13:30 マタニティヨガ		15:05 ピラティス ハンモックサポート	
	18:00 やさしい👉 エアリアルヨガ					
20:00 ミュージック フィールヨガ	20:00 月礼拝👉	20:00 美姿勢 ピラティス	19:50 安眠 エアリアルヨガ	19:50 全身スッキリ エアリアルヨガ		
24	25	26	27	28	27	28
10:00 エアリアルヨガ 美脚・美尻	10:00 デトックス エアリアルヨガ	10:00 やさしい ヨガ👉	10:00 ミュージック スタイルヨガ	9:30 ボディメイク ピラティス	9:45 やわらかくなる ヨガ👉	9:45 朝のパワーヨガ
	12:00 トランポリン フィットネス		11:30 全身スッキリ エアリアルヨガ		10:30 デトックス エアリアルヨガ	11:15 エアリアルヨガ 美脚・美尻
			13:30 ママ&ベビーヨガ	13:00 やさしい👉 エアリアルヨガ	15:05 ピラティス ハンモックサポート	
18:00 ピラティス ハンモックサポート	18:00 やさしい👉 エアリアルヨガ					
20:00 ミュージック フィールヨガ	20:00 ゆるめるヨガ👉	20:00 美姿勢 ピラティス	19:50 エアリアルヨガ 美脚・美尻	19:50 全身スッキリ エアリアルヨガ		

体験レッスン 2回3300円 (期限1ヶ月)

オレンジ色がエアリアルヨガ、👉マークが一番やさしいクラス



ご予約サイト



お問合せは公式ライン



ヨガラボHP

※スケジュールは予告なく変更になる可能性があります。予約サイトでご確認ください