

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木   | 金   | 土  |
|--|--|--|--|-----|---|--|
|  |  |  | エ 11:00 MAI ★<br>エ 14:00 MAI ★<br>エ 16:00 MAI ★<br>エ 18:30 MAI ★ | 定休日 | エ 11:00 MAI ★<br>エ 14:00 MAI ★<br>エ 16:00 MAI ★<br>エ 18:30 MAI ★<br>エ 20:00 MAI ★ | フ 10:00 MINACO<br>ピ 11:30 MINACO<br>エ 13:00 MAI ★<br>エ 15:00 MAI ★<br>エ 17:00 MAI ★<br>エ 19:00 MAI ★   |
| 3  | 4  | 5  | 6  | 7   | 8   | 9  |
| フ 10:00 MAI ★<br>エ 11:30 MAI ★<br>エ 13:30 MAI ★<br>エ 15:30 MAI ★<br>エ 17:00 MAI ★  | エ 13:00 MAI ★<br>エ 15:00 MAI ★<br>エ 17:00 MAI ★<br>エ 18:30 MAI ★ | フ 10:00 MINACO<br>ピ 11:30 MINACO<br>エ 13:00 MAI ★<br>エ 15:00 MAI ★★<br>陰 18:00 MAI ★ | エ 11:00 MAI ★<br>フ 15:00 MAI ★★<br>リ 18:30 MAI ★                 | 定休日 | エ 11:00 MAI ★<br>骨 15:00 MAI ★★<br>エ 18:30 MAI ★★<br>リ 20:00 MAI ★                | フ 10:00 MINACO<br>ピ 11:30 MINACO<br>エ 13:00 MAI ★<br>エ 15:00 MAI ★★<br>リ 17:00 MAI ★<br>エ 19:00 MAI ★★ |
| 10   | 11   | 12   | 13   | 14  | 15  | 16   |
| フ 10:00 MAI ★<br>エ 11:30 MAI ★<br>エ 13:30 MAI ★★<br>エ 15:30 MAI ★<br>リ 17:00 MAI ★ | エ 13:00 MAI ★<br>骨 15:00 MAI ★★<br>エ 18:00 MAI ★                 | フ 10:00 MINACO<br>ピ 11:30 MINACO<br>エ 13:00 MAI ★<br>陰 15:00 MAI ★★<br>フ 18:00 MAI ★ | エ 11:00 MAI ★<br>フ 15:00 MAI ★★<br>エ 18:45 MAI ★                 | 定休日 | エ 11:00 MAI ★<br>陰 15:00 MAI ★★<br>エ 18:30 MAI ★★<br>リ 20:00 MAI ★                | フ 10:00 MINACO<br>ピ 11:30 MINACO<br>エ 13:00 MAI ★<br>エ 15:00 MAI ★★<br>リ 17:00 MAI ★<br>エ 19:00 MAI ★★ |
| 17   | 18   | 19   | 20   | 21  | 22  | 23   |
| フ 10:00 MAI ★<br>エ 11:30 MAI ★<br>エ 13:30 MAI ★★<br>陰 15:30 MAI ★<br>エ 17:00 MAI ★ | エ 13:00 MAI ★<br>骨 15:00 MAI ★★<br>エ 18:45 MAI ★                 | フ 10:00 MINACO<br>ピ 11:30 MINACO<br>エ 13:00 MAI ★<br>陰 15:00 MAI ★★<br>エ 18:00 MAI ★ | エ 11:00 MAI ★<br>フ 15:00 MAI ★★<br>リ 18:45 MAI ★                 | 定休日 | エ 11:00 MAI ★<br>骨 15:00 MAI ★★<br>エ 18:30 MAI ★★<br>リ 20:00 MAI ★                | フ 10:00 MINACO<br>ピ 11:30 MINACO<br>エ 13:00 MAI ★<br>エ 15:00 MAI ★★<br>リ 17:00 MAI ★<br>エ 19:00 MAI ★★ |
| 24   | 25   | 26   | 27   | 28  | 29  | 30   |
| フ 10:00 MAI ★<br>エ 11:30 MAI ★<br>エ 13:30 MAI ★★<br>リ 15:30 MAI ★<br>エ 17:00 MAI ★ | エ 13:00 MAI ★<br>骨 15:00 MAI ★★<br>エ 18:45 MAI ★                 | フ 10:00 MINACO<br>ピ 11:30 MINACO<br>エ 13:00 MAI ★<br>エ 15:00 MAI ★★<br>陰 18:00 MAI ★ | エ 11:00 MAI ★<br>フ 15:00 MAI ★★<br>エ 18:30 MAI ★                 | 定休日 | エ 11:00 MAI ★<br>骨 15:00 MAI ★★<br>陰 18:30 MAI ★★<br>リ 20:00 MAI ★                |  |

■ エ アリアルヨガ      ★ マークは、レッスンの強度です。  
■ リ 空中リストラティブ      ■ フ フロアヨガ      ■ 陰 陰ヨガ      ■ ピ ビラティス      ■ 骨 骨盤ヨガ

レッソンは、完全予約制です。前日 20 時までに予約がないクラスは、休講となります。  
 また、当日キャンセルの場合は、必ずスタジオまでご連絡ください。※無断キャンセル厳禁