

2025		6 月				
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
01	02	03	04	05	06	07
7:00★メディテーション(50分)_YUMI ☺ 8:30★～★やさしいハタヨガ～with A-YOGA～_YUMI ☺ 10:00★★シェイプアップヨガ(プチエアロ)_AK INA 11:20～17:50 RYT200	8:30★～★やさしいハタヨガ～with A-YOGA～_YUMI ☺ 10:00★★アライメントヨガ_みーこ 13:00★ゆるめるヨガ_TAKAYO ☺ 18:30★陰ヨガ_YUMI ☺ 20:00★ウーマンライフヨガ_AYA☺※ウーマンと表示していますが男性もご参加頂けます	10:00★ピラティスで本来の身体に戻そう！_YAYOI 18：30★★身体の基本それはピラティスで_KANA 20：00★アロマヨガ～with A-YOGA_KANA	8:30★～★やさしいフローヨガ_YUMI ☺ 10:00【NEW】★～★ヤムナボールボディローリングを楽しもう！上下_ヤムナブラクティショナー-TOMOKO ☺ 19:15★★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 20:30★アロマでリラックスヨガ_AYA	 19:15★★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 20:30★アロマでリラックスヨガ_AYA	10:00★★柔軟性を高めるヨガ_CHIHIRO 19:15★おやすみ前のほぐしてストレッチヨガ_MAIKA 20:30★★アライメントヨガ(アロマ)_MAIKA	10:00★★Hathayoga_KATSUKI ☺ 11:30【NEW】★やさしいフローヨガ & リストラティブヨガ(75分)_KATSUKI ☺ 17:00★★柔軟性を高めるヨガ_CHIHIRO
08	09	10	11	12	13	14
7:00★メディテーション(50分)_YUMI ☺ 8:30★★★Hathayoga～with A-YOGA～_YUMI ☺ 10:00★リラックスフローヨガ_みーこ 11:20～17:50 RYT200	8:30★～★やさしいハタヨガ～with A-YOGA～_YUMI ☺ 10:00★★アライメントヨガ_みーこ 13:00★やさしいウーマンライフヨガ_TAKAYO ☺ ※ウーマンと表示していますが男性もご参加頂けます 18:30★アロマでリラックスヨガ_YUMI 20:00★★ハタヨガフロー_AYA	10:00★ピラティスで本来の身体に戻そう！_YAYOI 18：30★★身体の基本それはピラティスで_KANA 20：00★アロマヨガ～with A-YOGA_KANA	8:30★～★やさしいフローヨガ～満月Ver～_YUMI ☺ 10:00★★ウーマンライフヨガ～満月ver～_AYA ☺ ※ウーマンと表示していますが男性もご参加頂けます 13:00★やさしいヨガ_AYA ☺ 18:30★★★KA・RA・DAシェイプアップ_MIYAKO 20:00★リストラティブヨガ_MIYAKO ☺	10:00★★～★★ジヴァムクティヨガ_MIYAKO 13:00★リストラティブヨガ_MIYAKO ☺ 19:15★ピラティスで本来の身体に戻そう！_YAYOI 20:30★リラックスフローヨガ_みーこ	10:00★～★★自彊術_CHIHIRO ☺ 19:15★★アライメントヨガ(アロマ)_MAIKA 20:30★お休み前のほぐしてストレッチヨガ_MAIKA	10:00★★Hathayoga_KATSUKI ☺ 11:30★★身体の基本それはピラティスで_KANA 17:00★デトックスヨガ_CHIHIRO
15	16	17	18	19	20	21
7:00★メディテーション(50分)_YUMI☺ 8:30★～★やさしいハタヨガ～with A-YOGA～_YUMI☺ 9:45【SPECIAL】★★ダウンドッグを深めよう！～下半身編～(75分)_TAKASHI ※開始時間ご注意ください 11:20～17:50 RYT200	8:30★～★やさしいハタヨガ～with A-YOGA～_YUMI ☺ 10:00★★ハタヨガフロー_TAKAYO ☺ 13:00★ゆるめるヨガ_TAKAYO 19:15★ヨガニドラ_YUMI ☺ ※お時間ご注意ください	10:00★ピラティスで本来の身体に戻そう！_YAYOI 18：30【会員限定】★★★体幹を鍛えるピラティス_KANA 20：00★アロマヨガ～with A-YOGA_KANA	8:30★～★やさしいフローヨガ_YUMI ☺ 10:00★★ハタヨガフロー_AYA ☺ 13:00★リラックスヨガ_AYA ☺ 18:30★～★★★ジヴァムクティヨガ_MIYAKO 20:00★リストラティブヨガ_MIYAKO ☺	10:00★★★KA・RA・DAシェイプ_MIYAKO 13:00★やさしいヨガ_MIYAKO ☺ 19:15★★★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 20:30★アロマでリラックスヨガ_AYA	10:00★★柔軟性を高めるヨガ_CHIHIRO 19:15★おやすみ前のほぐしてストレッチヨガ_MAIKA 20:30【NEW】★★アライメントヨガ(アロマ)_MAIKA	10:00★★★Hathayoga_KATSUKI ☺ ★～★★ヤムナボディローリングを楽しもう！ 11:30下半身(60分) 12:45上半身(60分) _ヤムナブラクティショナー-TOMOKO ☺ 17:00★★柔軟性を高めるヨガ_CHIHIRO
22	23	24	25	26	27	28
7:00★★太陽礼拝(50分)_AYA ☺ 8:30★～★モーニングヨガ_AYA ☺ 10:00★★★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 11:20～17:50 RYT200	8:30★～★やさしいハタヨガ～with A-YOGA～_YUMI ☺ 10:00★★アライメントヨガ_みーこ 13:00★やさしいウーマンライフヨガ_TAKAYO ☺ ※ウーマンと表示していますが男性もご参加頂けます 18:30★アロマでリラックスヨガ_YUMI 20:00★★ハタヨガフロー_AYA	10:00★★★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 18：30★ピラティスで本来の身体に戻そう_KANA ☺ 20：00【会員限定】★★★集中力を高めるアクティブアロマヨガ～with A-YOGA～_KANA	8:30★～★やさしいフローヨガ～新月Ver～_YUMI ☺ 10:00★★ウーマンライフヨガ～新月ver～_AYA ☺※ウーマンと表示していますが男性もご参加頂けます 13:00★やさしいヨガ_AYA ☺ 18:30★リストラティブヨガ_MIYAKO ☺ 20:00★★ハタヨガフロー～新月ver～_MIYAKO	10:00★★★ハタヨガフロー_MIYAKO 13:00★リストラティブヨガ_MIYAKO ☺ 19:15★★★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 20:30【TRIAL】★～★やさしいハタヨガ_MAYUMI	10:00★デトックスヨガ_CHIHIRO 19:15★★アライメントヨガ(アロマ)_MAIKA 20:30★おやすみ前のほぐしてストレッチヨガ_MAIKA	10:00★★Hathayoga_KATSUKI ☺ 11:30★★★身体の基本それはピラティスで_KANA 17:00★～★★自彊術_CHIHIRO ☺
29	30	01	02	03	04	05
7:00★★朝活ヨガ(50分)_MAIKA 8:30★～★★朝のほぐしてストレッチヨガ_MAIKA 9:45★★★アライメントヨガ(75分)_SHIZUKA ※開始時間ご注意ください 11:20～17:50 RYT200	18:30★アロマでリラックスヨガ_YUMI 20:00★★ウーマンライフヨガ_AYA☺※ウーマンと表示していますが男性もご参加頂けます	【会員限定】：会員さま限定。体験レッスンのご利用不可 【TRIAL】：新人講師のクラス※お支払い方法が選択できます。 【SPECIAL】：特別クラス※通常クラスとして受講して頂け鶏場合と別途費用が発生するクラスがありますので、ご予約の際に都度確認をお願いします。29日と30日は通常クラスとして受講して頂けます。 【アーユルヴェーダオイルトリートメント】：レッスンではなく施術になります。 ☺：妊婦さんの参加OKクラス(但し、クラスによっては経験者のみの可能の場合があります。予めご了承ください。)		【ご予約】直前まで可能※WSなどは前日締め切り場合があります。 【キャンセル】2時間前(7時・8時半・パーソナルは前日まで) キャンセル時間を過ぎた場合のキャンセルが2回連続した場合は：ペナルティ1,000円・体験・パーソナル1回消化※必ずご連絡ください。 【各種手続き※会員さま】グレードダウンする場合：前月15日までに店頭にご来店ください。 (お電話・LINE・メール・DM等でお手続きしていません。必ず店頭でお届出書にサインをご記入ください。) グレードアップする場合：店頭でお届け出書にサインの上、月中内での変更の場合は端数分の金額をお支払いください。 【ご入会のお手続き】レッスン開始前後25分の間に対応。		