

10月

2021



月		火		水		木		金		土		日				
レッスン名	時間	対象	レッスン名	時間	対象	レッスン名	時間	対象	1	2	3	4	5			
AntiGravity Fun	60分	会員専用	筋膜リリース&ストレッチ	75分	体験者/会員	ベリー超入門	75分	体験者/会員	9:30-10:30 AG Fun ANJELIKA	9:00-10:00 AG Fun Masako	9:00-10:15 アナトミック骨盤ヨガ なく					
BurnG	60分	会員専用	各種ヨガクラス	75分	体験者/会員	フュージョン入門	75分	体験者/会員	11:00-12:00 BurnG Rina	10:30-11:45 パワーヨガ Tomomi	10:45-11:45 AG Fun ANJELIKA					
AntiGravity Rest	90分	会員専用	kayaメソッド	75分	体験者/会員	フュージョン初級	75分	体験者/会員	12:30-14:00 AG Rest Masako	12:00-13:00 AG Fun Masako	12:00-13:15 フュージョン入門 aco					
AG体験		連続受講をお勧めします♪	ボクササイズ	45分	体験者/会員	Kpop	75分	体験者/会員		13:30-14:45 kayaメソッド kei	13:30-14:45 ヴィンヤサフロー aco					
BG体験			ハンドクラップ	45分	体験者/会員	JAZZ	75分	体験者/会員		15:30-16:45 JAZZHIPHOP NATSUKI	15:15-16:15 AG Fun ANJELIKA					
						JAZZHIPHOP	75分	体験者/会員	18:30-19:45 リラックスヨガ Tomomi	17:00-18:15 ビギナーヨガ NATSUKI						
						HIPHOP	75分	体験者/会員								
イベントレッスン朝ヨガ ¥500																
9/30,10/7,14,21,28前日の21:00までにご予約がなければお休みです。前日の21:00までにご予約がなければお休みです。電話かフロントでご予約ください。																
4			5			6			7			8		9		10
10:00-11:30 AG Rest Masako			10:00-11:15 kayaメソッド kei			9:30-10:30 AG Fun Rina			7:00-7:45 朝ヨガ ¥500			9:30-10:30 BG体験 Minato		11:00-12:15 モーニングフローヨガ Minato		10:00-11:30 AG Rest Rina
12:00-13:15 アナトミック骨盤ヨガ なく			11:45-12:45 BurnG Rina			18:30-19:30 BG体験 Rina			10:00-11:00 AG Fun ANJELIKA			10:30-11:30 AG体験 ANJELIKA		12:45-13:45 BG体験 Minato		12:00-13:15 フュージョン入門 aco
13:45-14:45 AG Fun Masako			13:15-14:15 AG Fun MANA			19:30-20:30 AG体験 Minato			12:30-13:45 フュージョン入門 aco			12:00-13:00 AG Fun Masako		13:45-14:45 AG体験 Minato		13:30-14:45 ヴィンヤサフロー aco
						20:45-21:30 ボクササイズ taichi			14:00-15:15 ヴィンヤサフロー aco			13:30-14:15 ハンドクラップ Rina		15:30-16:30 AG Fun Minato		15:15-16:15 AG Fun Minato
												18:30-19:45 ハタヨガ Minato		17:00-18:00 BurnG Rina		16:30-17:15 ハンドクラップ Rina
18:30-19:30 AG Fun Rina			18:30-19:30 AG Fun Minato			18:30-19:30 BurnG Minato			18:30-19:30 AG Rest Minato			20:15-21:30 JAZZ Rina				
20:00-21:00 BurnG Rina			20:00-21:15 JAZZHIPHOP NATSUKI			20:00-21:30 AG Rest Minato										
11			12			13			14			15		16		17
10:00-11:00 BurnG Rina			休館日			10:00-10:45 ハンドクラップ Rina			7:00-7:45 朝ヨガ ¥500			9:30-10:30 AG Fun ANJELIKA		11:00-12:00 BurnG Minato		9:00-10:00 BurnG Rina
11:30-12:30 AG Fun Masako						11:30-12:30 BG体験 Rina			9:30-10:45 モーニングフローヨガ Minato			11:00-12:15 パワーヨガ Tomomi		12:30-13:45 BurnG Minato		10:30-11:45 アナトミック骨盤ヨガ なく
13:00-14:15 アナトミック骨盤ヨガ なく						12:30-13:30 AG体験 MANA			11:00-12:00 AG Fun ANJELIKA			12:30-14:00 AG Rest Minato		14:30-15:30 BG体験 Minato		12:00-13:15 フュージョン入門 aco
							18:30-19:30 AG Fun Minato			12:30-14:00 AG Rest Minato			14:15-15:15 AG Fun Goshi		15:30-16:30 AG体験 Rina	
18:30-19:45 パワーヨガ Tomomi						20:00-21:15 HipHop taichi			18:30-19:45 ハタヨガ Minato			19:00-20:00 BurnG Rina		17:00-18:30 AG Rest Rina		15:15-16:15 AG Fun Minato
20:00-21:30 AG Rest Rina									20:00-21:15 kayaメソッド kei					16:30-17:45 JAZZHIPHOP NATSUKI		18:00-19:15 ビギナーヨガ NATSUKI
18			19			20			21			22		23		24
9:30-10:30 AG Fun Masako			10:00-11:00 AG Fun MANA			9:30-10:45 モーニングフローヨガ Minato			7:00-7:45 朝ヨガ ¥500			9:30-10:30 BurnG Minato		11:00-12:00 AG Fun Minato		休館日
11:00-12:00 BG体験 Rina			11:30-12:45 kayaメソッド kei			11:00-12:15 Kpop MANA			10:00-11:00 AG Fun ANJELIKA			11:00-12:00 AG Fun Masako		12:30-13:45 ハタヨガ Minato		
12:00-13:00 AG体験 Masako			13:00-13:45 ハンドクラップ Rina			12:30-14:00 AG Rest Minato			12:30-13:45 フュージョン入門 aco			12:30-13:45 ハタヨガ Minato		14:30-15:30 BurnG Minato		
13:30-14:45 アナトミック骨盤ヨガ なく			14:15-15:15 BurnG Minato			14:30-15:15 ボクササイズ taichi			14:00-15:15 ヴィンヤサフロー aco			18:30-19:45 パワーヨガ Tomomi		16:00-17:00 BG体験 Rina		
18:30-19:30 BurnG Rina			19:00-20:00 BG体験 Rina			18:30-19:30 AG Fun Rina			18:30-19:30 AG Fun Minato			20:15-21:30 JAZZ Rina		17:00-18:00 AG体験 Rina		
20:00-21:15 リラックスヨガ Tomomi			20:00-21:00 AG体験 Minato						20:00-21:00 BurnG Minato							
25			26			27			28			29		30		31
9:30-10:30 AG Fun Masako			11:00-12:00 BurnG Rina			9:30-10:30 AG Fun Rina			7:00-7:45 朝ヨガ ¥500			10:00-11:00 AG Fun ANJELIKA		9:00-10:15 モーニングフローヨガ Minato		9:00-10:00 BG体験 Rina
11:00-12:15 アナトミック骨盤ヨガ なく			12:30-13:45 kayaメソッド kei			11:00-12:15 ハタヨガ Minato			9:30-10:45 モーニングフローヨガ Minato			11:30-12:30 BurnG Minato		11:00-12:00 BurnG Minato		10:00-11:00 AG体験 Rina
13:00-14:00 BurnG Rina			14:15-15:45 AG Rest Rina						11:15-12:15 AG Fun ANJELIKA			14:00-15:00 AG Fun Goshi		12:30-13:45 ベリー超入門 Minato		12:00-13:15 フュージョン入門 aco
									12:30-14:00 AG Rest Minato			15:30-16:45 筋膜リリース Goshi		14:00-14:45 ハンドクラップ Rina		13:30-14:45 ヴィンヤサフロー aco
18:30-19:45 パワーヨガ Tomomi			18:30-19:45 ハタヨガ Minato			18:30-19:30 AG Fun Minato						16:30-18:00 AG Rest Minato		15:15-16:15 AG Fun Rina		15:15-16:15 BurnG Minato
20:15-21:15 AG Fun Rina			20:00-21:15 JAZZHIPHOP NATSUKI			20:00-21:15 HipHop taichi			18:30-19:30 BurnG Minato					16:30-17:45 JAZZHIPHOP NATSUKI		16:30-17:45 AG体験 Rina
									20:00-21:15 kayaメソッド kei					18:00-19:15 ビギナーヨガ NATSUKI		