

9月

2021

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | 9:30-10:30 AG Fun Rina | 9:30-10:45 めぐりヨガ 長谷川あんの | 9:30-10:00 BG体験 Minato | | 10:00-10:30 BG体験 Rina |
| | | 11:00-12:00 BurnG Minato | 11:15-12:15 AG Fun ANJELIKA | 10:30-11:00 AG体験 ANJELIKA | 10:45-12:00 モーニングフローヨガ Minato | 11:00-11:30 AG体験 Rina |
| | | 13:30-14:45 Kpop MANA | 12:30-13:45 フュージョン入門 aco | 12:00-13:00 AG Fun ANJELIKA | 12:30-13:45 ベリー超入門 Minato | 12:00-13:15 フュージョン初級 aco |
| | | | 14:00-15:15 ヴィンヤサフロー aco | 14:00-15:15 筋膜リリース Goshi | 14:30-15:30 AG Fun Minato | 13:30-14:45 ヴィンヤサフロー aco |
| | | 18:00-18:30 BG体験 Minato | | 15:45-16:45 AG Fun Goshi | 16:00-17:00 BurnG Minato | 15:15-16:15 AG Fun Minato |
| | | 19:00-19:30 AG体験 Minato | 18:30-19:45 kayaメソッド kei | 18:30-19:30 BurnG Rina | 17:30-19:00 AG Rest Minato | 16:30-17:45 JAZZHIPHOP NATSUKI |
| | | 20:00-21:15 HipHop taichi | 20:15-21:15 AG Fun Minato | 20:00-21:15 リラックスヨガ Tomomi | | |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 休館日 |
| 9:30-10:30 BurnG Rina | 10:00-11:15 kayaメソッド kei | 10:30-11:00 BG体験 Rina | 9:30-10:45 めぐりヨガ 長谷川あんの | 9:30-11:00 AG Rest Masako | | |
| 11:00-12:00 AG Fun Masako | 12:00-12:30 BG体験 Rina | 11:30-12:00 AG体験 MANA | 11:15-12:15 BurnG Minato | 11:30-12:45 パワーヨガ Tomomi | 11:00-12:00 AG Fun Minato | |
| 12:30-13:45 アナトミック骨盤ヨガ なぐ | 13:00-13:30 AG体験 Rina | 13:00-14:00 AG Fun MANA | 12:30-13:45 フュージョン入門 aco | 13:15-14:15 AG Fun Masako | 13:00-13:30 BG体験 Minato | |
| 14:00-14:45 ハンドクラップ Rina | | 14:30-15:15 ボクササイズ taichi | 14:00-15:15 ヴィンヤサフロー aco | 14:45-15:45 BurnG Minato | 14:00-14:30 AG体験 Minato | |
| | | | 16:00-17:00 AG Fun ANJELIKA | | 15:00-16:00 AG Fun Minato | |
| 18:30-20:00 AG Rest Rina | 18:30-19:30 AG Fun Minato | 18:30-19:45 ハタヨガ Minato | | 18:30-19:00 BG体験 Rina | 16:30-17:45 ハタヨガ Minato | |
| 20:15-21:30 リラックスヨガ Tomomi | 20:00-21:15 JAZZHIPHOP NATSUKI | 20:15-21:15 BurnG Minato | | 19:30-20:00 AG体験 Rina | | |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 10:00-11:00 AG Fun Masako | 9:30-10:30 AG Fun MANA | 9:30-10:30 BurnG Minato | 9:30-10:45 めぐりヨガ 長谷川あんの | 9:30-10:30 BurnG Minato | | |
| 11:30-12:45 アナトミック骨盤ヨガ なぐ | 11:00-11:45 ハンドクラップ Rina | 11:00-12:15 Kpop MANA | 11:15-12:15 AG Fun ANJELIKA | 11:00-11:30 BG体験 Minato | 11:00-12:00 BurnG Minato | 10:00-11:30 AG Rest Rina |
| 13:00-14:15 JAZZ Rina | 12:30-13:30 BurnG Minato | 12:45-13:45 AG Fun Minato | 12:30-13:45 フュージョン入門 aco | 12:00-12:30 AG体験 ANJELIKA | 12:30-13:45 ベリー超入門 Minato | 12:00-13:15 フュージョン初級 aco |
| | 14:00-15:15 kayaメソッド kei | 14:00-15:30 AG Rest Rina | 14:00-15:15 ヴィンヤサフロー aco | 14:00-15:00 AG Fun Goshi | 14:00-15:15 kayaメソッド kei | 13:30-14:45 ヴィンヤサフロー aco |
| | | | 18:00-18:30 BG体験 Minato | 15:30-16:45 筋膜リリース Goshi | 15:45-16:15 BG体験 Rina | 15:15-16:15 BurnG Minato |
| 18:30-19:45 パワーヨガ Tomomi | 18:30-19:30 AG Fun Minato | 18:30-19:45 ハタヨガ Minato | 19:00-19:30 AG体験 Minato | 18:30-19:45 パワーヨガ Tomomi | 16:45-17:15 AG体験 Minato | 16:30-17:45 JAZZHIPHOP NATSUKI |
| | 20:00-21:00 BurnG Minato | 20:00-21:15 HipHop taichi | 20:00-21:15 kayaメソッド kei | 20:00-21:30 AG Rest Rina | 17:30-18:30 AG Fun Minato | |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 休館日 | 25 | 26 |
| 9:00-10:15 モーニングフローヨガ Minato | 9:30-10:30 AG Fun Rina | 9:30-10:30 BurnG Rina | 9:00-10:15 めぐりヨガ 長谷川あんの | | 9:00-10:00 AG Fun Rina | 10:00-10:30 BG体験 Rina |
| 11:00-12:00 BurnG Rina | 11:00-12:15 Kpop MANA | 11:00-12:00 AG Fun MANA | 10:45-11:15 BG体験 Minato | | 10:30-11:15 ハンドクラップ Rina | 11:00-11:30 AG体験 Rina |
| 12:15-12:45 BG体験 Rina | 13:00-14:15 kayaメソッド kei | 12:30-13:45 ハタヨガ Minato | 11:45-12:15 AG体験 ANJELIKA | | 11:45-12:15 BG体験 Minato | 12:00-13:15 フュージョン初級 aco |
| 13:15-13:45 AG体験 Masako | 15:00-16:00 AG Fun Minato | 14:30-15:15 ボクササイズ taichi | 12:30-13:45 フュージョン入門 aco | | 12:45-13:15 AG体験 Rina | 13:30-14:45 ヴィンヤサフロー aco |
| 14:00-15:00 AG Fun Masako | | | 14:00-15:15 ヴィンヤサフロー aco | | 14:00-15:15 ハタヨガ Minato | 15:15-16:15 AG Fun Minato |
| 15:30-17:00 AG Rest Minato | | | 16:00-17:00 BurnG Minato | | 15:45-16:45 BurnG Minato | 16:30-17:45 JAZZHIPHOP NATSUKI |
| | 18:30-19:45 ハタヨガ Minato | 18:30-19:00 BG体験 Rina | | | 17:15-18:45 AG Rest Minato | |
| | 20:00-21:15 JAZZHIPHOP NATSUKI | 19:30-20:00 AG体験 Minato | | | | |
| 27 | 28 | 29 | 30 | | | |
| 10:00-11:00 AG Fun Masako | 9:30-10:30 BurnG Rina | 10:00-10:45 ハンドクラップ Rina | 9:30-10:45 めぐりヨガ 長谷川あんの | | | |
| 11:30-12:45 アナトミック骨盤ヨガ なぐ | 11:00-11:30 BG体験 Rina | 11:00-12:15 Kpop MANA | 11:15-12:15 AG Fun ANJELIKA | | | |
| 13:00-14:15 JAZZ Rina | 12:00-12:30 AG体験 MANA | 12:45-13:45 AG Fun Minato | 12:30-13:45 フュージョン入門 aco | | | |
| | 13:00-14:00 AG Fun MANA | 14:00-15:30 AG Rest Rina | 14:00-15:15 ヴィンヤサフロー aco | | | |
| | | | 18:00-18:30 BG体験 Minato | | | |
| 18:30-19:30 BurnG Rina | 18:30-19:45 kayaメソッド kei | 18:30-19:30 AG Fun Minato | 19:00-19:30 AG体験 Minato | | | |
| 20:00-21:15 リラックスヨガ Tomomi | 20:00-21:30 AG Rest Minato | 20:00-20:45 ボクササイズ taichi | 20:00-21:00 BurnG Minato | | | |

| レッスン名 | 時間 | 対象 | レッスン名 | 時間 | 対象 |
|-----------------|-----|--------|------------|-----|--------|
| AntiGravity Fun | 60分 | 会員専用 | ベリー超入門 | 75分 | 体験者/会員 |
| BurnG | 60分 | 会員専用 | フュージョン入門 | 75分 | 体験者/会員 |
| AntiGravity RY | 90分 | 会員専用 | フュージョン初級 | 75分 | 体験者/会員 |
| AG体験 | 30分 | 体験者/会員 | Kpop | 75分 | 体験者/会員 |
| BG体験 | 30分 | 体験者/会員 | JAZZ | 75分 | 体験者/会員 |
| 筋膜リリース&ストレッチ | 75分 | 体験者/会員 | JAZZHIPHOP | 75分 | 体験者/会員 |
| 各種ヨガクラス | 75分 | 体験者/会員 | HIPHOP | 75分 | 体験者/会員 |
| kayaメソッド | 75分 | 体験者/会員 | | | |
| ボクササイズ | 45分 | 体験者/会員 | | | |
| ハンドクラップ | 45分 | 体験者/会員 | | | |

レッスンの詳細や強度は裏面をご確認ください