

エアリアルヨガレッスンスケジュール
2025年10月27日～10月31日

	10月27日 月	10月28日 火	10月29日 水	10月30日 木	10月31日 金	11月1日 土	11月2日 日
9:00							9:00～10:00 リラックス
10:00	9:30～10:30 ハンモック整体 kaori	9:30～10:30 ハンモック整体 yuri	9:30～10:30 リラックス haruna	9:30～10:30 ハンモック整体 yuri	9:30～10:30 リラックス kaori	9:30～10:30 ハンモック整体 yuri	saeko
11:00	11:00～12:00 リラックス	11:00～12:00 リラックス	11:00～12:00 ハンモック整体	11:00～12:00 リラックス	11:00～12:00 ハンモック整体	11:00～12:00 リラックス	10:30～11:30 ハンモック整体 yuri
12:00	haruna	yuri	kaori	haruna	kaori	yuri	
13:00	13:00～13:45 椅子エアリアル				13:00～13:45 椅子エアリアル		13:00～14:00 リラックス
14:00	kaori				kaori		saeko
15:00		14:30～15:30 リラックス yuri	14:30～15:30 ハンモック整体 kaori	14:30～15:30 リラックス haruna		14:30～15:30 ハンモック整体 yuri	
16:00	16:00～17:00 美脚・美尻エアリアル	16:30～17:30 ハンモック整体	16:00～17:00 リラックス yuri	16:30～17:30 リラックス yuri	16:00～17:00 ハンモック整体 yuri	16:00～17:00 ハンモック整体 yuri	
17:00	yuri	yuri	17:30～18:30 ハンモック整体	yuri	17:30～18:30 リラックス	17:30～18:30 美脚・美尻エアリアル	
18:00	17:30～18:30 リラックス yuri	18:00～19:00 リラックス	18:00～19:00 ハンモック整体 yuri	18:00～19:00 ハンモック整体 yuri	19:00～20:00 ハンモック整体	19:00～20:00 リラックス	
19:00	19:00～20:00 ハンモック整体	yuri	19:00～20:00 リラックス	yuri	19:00～20:00 ハンモック整体	19:00～20:00 リラックス	
20:00	yuri	19:30～20:30 ハンモック整体 yuri	yuri	19:30～20:30 リラックス yuri	chisa	yuri	

★難易度…椅子エアリアル★ リラックス★★ ハンモック整体★★★ 美脚・美尻エアリアル★★★★ ボディメイク★

※初回体験はリラックス、ハンモック整体のみとさせていただきます。

※月会員様へ。月末は混みありますので計画的にご利用ください。

エアリアルヨガレッスンスケジュール
2025年11月3日～11月9日

	11月3日 月	11月4日 火	11月5日 水	11月6日 木	11月7日 金	11月8日 土	11月9日 日
9:00	9 : 30～10 : 30 リラックス	9 : 30～10 : 30 ハンモック整体	9 : 30～10 : 30 リラックス	9 : 30～10 : 30 リラックス	9 : 30～10 : 30 リラックス	9 : 30～10 : 30 ハンモック整体	9 : 00～10 : 00 リラックス
10:00	saeko	kaori	haruna	haruna	kaori	saeko	saeko
11:00	11 : 00～12 : 00 リラックス	11 : 00～12 : 00 リラックス	11 : 00～12 : 00 ハンモック整体	11 : 00～12 : 00 リラックス	11 : 00～12 : 00 ハンモック整体	11 : 00～12 : 00 リラックス	10 : 30～11 : 30 ハンモック整体
12:00	saeko	kaori	kaori	haruna	kaori	saeko	saeko
13:00	13 : 00～13:45 椅子エアリアル				13 : 00～13:45 椅子エアリアル		13 : 00～14 : 00 リラックス
14:00	yuri	14 : 30～15 : 30 リラックス	14 : 30～15 : 30 ハンモック整体	14 : 30～15 : 30 リラックス	kaori	14 : 30～15 : 30 ハンモック整体	saeko
15:00		kaori	kaori	haruna		saeko	
16:00	16:00～17:00 美脚・美尻エアリアル	16 : 30～17 : 30 ハンモック整体	16:00～17:00 リラックス	16 : 30～17 : 30 リラックス	16:00～17:00 ハンモック整体		
17:00	yuri		yuri		chisa		
	17 : 30～18 : 30 リラックス	yuri	17 : 30～18 : 30 ハンモック整体	yuri	17 : 30～18 : 30 リラックス		
18:00	yuri	18 : 00～19 : 00 リラックス	yuri	18 : 00～19 : 00 ハンモック整体	mika/chisa		
19:00	19 : 00～20:00 ハンモック整体	yuri	19 : 00～20:00 リラックス	yuri	19:00～20:00 ボディメイク		
20:00	yuri	19 : 30～20 : 30 ハンモック整体	yuri	19 : 30～20 : 30 リラックス	mika		
		yuri		yuri			

★難易度…椅子エアリアル★ リラックス★★ ハンモック整体★★★ 美脚・美尻エアリアル★★★★ ボディメイク★★★★★

※初回体験はリラックス、ハンモック整体のみとさせていただきます。

※月会員様へ。月末は混みありますので計画的にご利用ください。

エアリアルヨガレッスンスケジュール
2025年11月10日～11月16日

	11月10日 月	11月11日 火	11月12日 水	11月13日 木	11月14日 金	11月15日 土	11月16日 日
9:00							9 : 00～10 : 00 リラックス
10:00	9 : 30～10 : 30 ハンモック整体 kaori	9 : 30～10 : 30 ハンモック整体 kaori	9 : 30～10 : 30 リラックス kaori	9 : 30～10 : 30 ハンモック整体 mika	9 : 30～10 : 30 リラックス kaori		saeko
11:00	11 : 00～12 : 00 リラックス	11 : 00～12 : 00 リラックス	11 : 00～12 : 00 ハンモック整体	11 : 00～12 : 00 美脚・美尻エアリアル	11 : 00～12 : 00 ハンモック整体		10 : 30～11 : 30 ハンモック整体 saeko
12:00	haruna	kaori	kaori	mika	kaori		
13:00	13 : 00～13:45 椅子エアリアル				13 : 00～13:45 椅子エアリアル		13 : 00～14 : 00 リラックス
14:00	kaori				kaori		saeko
15:00		14 : 30～15 : 30 リラックス kaori	14 : 30～15 : 30 ハンモック整体 kaori	14 : 30～15 : 30 リラックス haruna			
16:00	16:00～17:00 美脚・美尻エアリアル	16 : 30～17 : 30 ハンモック整体	16:00～17:00 リラックス yuri	16 : 30～17 : 30 リラックス yuri	16:00～17:00 ハンモック整体 mika		
17:00	saki	yuri	17 : 30～18 : 30 ハンモック整体	yuri	17 : 30～18 : 30 リラックス mika		
18:00	17 : 30～18 : 30 リラックス saki	18 : 00～19 : 00 リラックス yuri	18 : 00～19 : 00 ハンモック整体 yuri	18 : 00～19 : 00 ハンモック整体 yuri	19 : 00～20:00 ハンモック整体 mika		
19:00	19 : 00～20:00 ハンモック整体	yuri	19 : 00～20:00 リラックス yuri	yuri	19 : 00～20:00 ハンモック整体 mika		
20:00	saki	19 : 30～20 : 30 ハンモック整体 yuri	yuri	19 : 30～20 : 30 リラックス yuri			

★難易度…椅子エアリアル★ リラックス★★ ハンモック整体★★★ 美脚・美尻エアリアル★★★★ ボディメイク★★★★★

※初回体験はリラックス、ハンモック整体のみとさせていただきます。

※月会員様へ。月末は混みありますので計画的にご利用ください。

エアリアルヨガレッスンスケジュール
2025年11月17日～11月23日

	11月17日 月	11月18日 火	11月19日 水	11月20日 木	11月21日 金	11月22日 土	11月23日 日
9:00							
	9 : 30～10 : 30	9 : 30～10 : 30	9 : 30～10 : 30	9 : 30～10 : 30	9 : 30～10 : 30	9 : 30～10 : 30	
10:00	ハンモック整体	ハンモック整体	リラックス	ハンモック整体	リラックス	ハンモック整体	
	kaori	kaori	haruna	yuri	kaori	saeko	
11:00	11 : 00～12 : 00	11 : 00～12 : 00	11 : 00～12 : 00	11 : 00～12 : 00	11 : 00～12 : 00	11 : 00～12 : 00	
	リラックス	リラックス	ハンモック整体	リラックス	ハンモック整体	リラックス	
12:00	haruna	kaori	yuri	haruna	kaori	saeko	
13:00	13 : 00～13:45				13 : 00～13:45		
	椅子エアリアル				椅子エアリアル		
14:00	kaori				kaori		
		14 : 30～15 : 30	14 : 30～15 : 30	14 : 30～15 : 30		14 : 30～15 : 30	
15:00		リラックス	リラックス	リラックス		ハンモック整体	
		kaori	haruna	haruna		saeko	
16:00	16:00～17:00		16:00～17:00		16:00～17:00	16:00～17:00	
	美脚・美尻エアリアル	16 : 30～17 : 30	リラックス	16 : 30～17 : 30	ハンモック整体	ハンモック整体	
17:00	yuri	ハンモック整体	yuri	リラックス	chisa	yuri	
	17 : 30～18 : 30	yuri	17 : 30～18 : 30	yuri	17 : 30～18 : 30	17 : 30～18 : 30	
18:00	リラックス	18 : 00～19 : 00	ハンモック整体	18 : 00～19 : 00	リラックス	美脚・美尻エアリアル	
	yuri	リラックス	yuri	ハンモック整体	chisa	yuri	
19:00	19 : 00～20:00	yuri	19 : 00～20:00	yuri	19:00～20:00	19 : 00～20:00	
	ハンモック整体	19 : 30～20 : 30	リラックス	19 : 30～20 : 30	ボディメイク	リラックス	
20:00	yuri	ハンモック整体	yuri	リラックス	yuri	yuri	
		yuri		yuri			

★難易度…椅子エアリアル★ リラックス★★ ハンモック整体★★★ 美脚・美尻エアリアル★★★★ ボディメイク★★★★★

※初回体験はリラックス、ハンモック整体のみとさせていただきます。

※月会員様へ。月末は混みありますので計画的にご利用ください。

エアリアルヨガレッスンスケジュール
2025年11月24日～11月30日

	11月24日 月	11月25日 火	11月26日 水	11月27日 木	11月28日 金	11月29日 土	11月30日 日
9:00							9 : 00～10 : 00 リラックス
10:00	9 : 30～10 : 30 ハンモック整体 yuri	9 : 30～10 : 30 ハンモック整体 kaori	9 : 30～10 : 30 リラックス haruna	9 : 30～10 : 30 ハンモック整体 mika	9 : 30～10 : 30 リラックス kaori	9 : 30～10 : 30 ハンモック整体 chisa	saeko
11:00	11 : 00～12 : 00 リラックス	11 : 00～12 : 00 リラックス	11 : 00～12 : 00 ハンモック整体	11 : 00～12 : 00 美脚・美尻エアリアル	11 : 00～12 : 00 ハンモック整体	11 : 00～12 : 00 リラックス	10 : 30～11 : 30 ハンモック整体 saeko
12:00	yuri	kaori	kaori	mika	kaori	chisa	
13:00	13 : 00～13:45 椅子エアリアル				13 : 00～13:45 椅子エアリアル		13 : 00～14 : 00 リラックス
14:00	yuri				kaori		saeko
15:00		14 : 30～15 : 30 リラックス kaori	14 : 30～15 : 30 ハンモック整体 kaori	14 : 30～15 : 30 リラックス haruna		14 : 30～15 : 30 ハンモック整体 saeko	
16:00	16:00～17:00 美脚・美尻エアリアル	16 : 30～17 : 30 ハンモック整体	16:00～17:00 リラックス yuri	16 : 30～17 : 30 リラックス	16:00～17:00 ハンモック整体 chisa	16:00～17:00 ハンモック整体 yuri	
17:00	17 : 30～18 : 30 リラックス yuri	yuri	17 : 30～18 : 30 ハンモック整体 yuri	yuri	17 : 30～18 : 30 リラックス chisa	17 : 30～18 : 30 美脚・美尻エアリアル yuri	
18:00	19 : 00～20:00 ハンモック整体 yuri	18 : 00～19 : 00 リラックス yuri	19 : 00～20:00 リラックス yuri	18 : 00～19 : 00 ハンモック整体 yuri	19 : 00～20:00 ハンモック整体 chisa	19 : 00～20:00 リラックス yuri	
19:00	20:00	yuri	yuri	yuri	chisa	yuri	

★難易度…椅子エアリアル★ リラックス★★ ハンモック整体★★★ 美脚・美尻エアリアル★★★★ ボディメイク★★★★★

※初回体験はリラックス、ハンモック整体のみとさせていただきます。

※月会員様へ。月末は混みありますので計画的にご利用ください。