

エアリアルヨガレッスンスケジュール  
2025年12月22日～12月28日

	12月22日 月	12月23日 火	12月24日 水	12月25日 木	12月26日 金	12月27日 土	12月28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	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	ichika	ichika	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	kaori				kaori		saeko
15:00		14 : 30～15 : 30 リラックス ichika	14 : 30～15 : 30 ハンモック整体 kaori	14 : 30～15 : 30 リラックス ichika		14 : 30～15 : 30 ハンモック整体 chisa	
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	16:00～17:00 ハンモック整体	
17:00	yuri		chisa		mika	yuri	
18:00	17 : 30～18 : 30 リラックス yuri	chisa	17 : 30～18 : 30 ハンモック整体 chisa	yuri	17 : 30～18 : 30 リラックス mika	17 : 30～18 : 30 美脚・美尻エアリアル yuri	
19:00	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 ボディメイク	19 : 00～20:00 リラックス	
20:00	yuri	19 : 30～20 : 30 ハンモック整体 chisa	chisa	19 : 30～20 : 30 リラックス yuri	mika	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12月29日～1月4日

	12月29日 月	12月30日 火	12月31日 水	1月1日 木	1月2日 金	1月3日 土	1月4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						
11:00	11 : 00～12 : 00 リラックス						10 : 30～11 : 30 ハンモック整体
12:00	yuri						
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							

★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。月末は混みあい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  
2026年1月5日～1月11日

	1月5日 月	1月6日 火	1月7日 水	1月8日 木	1月9日 金	1月10日 土	1月11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 リラックス ichika	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 リラックス	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	ichika	yuri	kaori	hitomi	
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 リラックス ichika			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	16:00～17:00 ハンモック整体 chisa	16:00～17:00 リラックス ichika	
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 mika	17 : 30～18 : 30 リラックス ichika	
18:00	17 : 30～18 : 30 リラックス yuri	18 : 00～19 : 00 リラックス hitomi	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 リラックス ichika	
19:00		19 : 30～20 : 30 ハンモック整体 yuri					
20:00							

★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  
2026年1月12日～1月18日

	1月12日 月	1月13日 火	1月14日 水	1月15日 木	1月16日 金	1月17日 土	1月18日 日
9:00	9 : 30～10 : 30 ハンモック整体	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 saeko
10:00	saeko	kaori	hitomi	ichika	yuri	saeko	10 : 30～11 : 30 ハンモック整体 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	
12:00	saeko	ichika	kaori	ichika	yuri	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 saeko
14:00	yuri		14 : 30～15 : 30 ハンモック整体	14 : 30～15 : 30 リラックス	yuri	14 : 30～15 : 30 ハンモック整体	
15:00			kaori	ichika		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		mika		
	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	chisa		
19:00	19 : 00～20:00 ハンモック整体	hitomi	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  
2026年1月19日～1月25日

	1月19日 月	1月20日 火	1月21日 水	1月22日 木	1月23日 金	1月24日 土	1月25日 日
9:00							9 : 00～10 : 00 リラックス
10:00	9 : 30～10 : 30 リラックス ichika	9 : 30～10 : 30 ハンモック整体 ichika	9 : 30～10 : 31 リラックス kaori	9 : 30～10 : 30 ハンモック整体 ichika	9 : 30～10 : 30 リラックス kaori	9 : 30～10 : 30 リラックス hitomi	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	ichika	ichika	kaori	kaori	kaori	hitomi	
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 ichika	14 : 30～15 : 30 ハンモック整体 kaori	14 : 30～15 : 30 ハンモック整体 ichika		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	16 : 30～17 : 30 リラックス	16:00～17:00 ハンモック整体	16:00～17:00 ハンモック整体	
17:00	yuri		yuri		yuri	chisa	
18:00	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 yuri	17 : 30～18 : 30 美脚・美尻エアリアル yuri	
19:00	19 : 00～20:00 ハンモック整体	hitomi	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	yuri	chisa	

★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  
2026年1月26日～2月1日

	1月26日 月	1月27日 火	1月28日 水	1月29日 木	1月30日 金	1月31日 土	2月1日 日
9:00							9 : 00～10 : 00 リラックス
	9 : 30～10 : 30 ハンモック整体	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	saeko
10:00	ichika	chisa	hitomi	ichika	kaori	saeko	10 : 30～11 : 30 ハンモック整体
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 ハンモック整体	11 : 00～12 : 00 ハンモック整体	11 : 00～12 : 00 リラックス	saeko
12:00	ichika	ichika	kaori	ichika	kaori	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	kaori		14 : 30～15 : 30 ハンモック整体	14 : 30～15 : 30 ハンモック整体	kaori	14 : 30～15 : 30 ハンモック整体	saeko
15:00			kaori	ichika		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	16:00～17:00 ハンモック整体	
17:00	yuri	yuri	chisa	chisa	chisa	ichika	
	17 : 30～18 : 30 リラックス	18 : 00～19 : 00 リラックス	17 : 30～18 : 30 ハンモック整体	18 : 00～19 : 00 ハンモック整体	17 : 30～18 : 30 リラックス	17 : 30～18 : 30 美脚・美尻エアリアル	
18:00	yuri	hitomi	chisa	chisa	chisa	yuri	
19:00	19 : 00～20:00 ハンモック整体	19 : 30～20 : 30 ハンモック整体	19 : 00～20:00 リラックス	19 : 30～20 : 30 リラックス	19:00～20:00 ボディメイク	19 : 00～20:00 リラックス	
20:00	yuri	yuri	chisa	chisa	chisa	ichika	

★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。