

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	9:30～10:30 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 ハンモック整体	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	kaori	kaori	kaori	mika	kaori	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
12:00	ichika	ichika	kaori	mika	kaori	chisa	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 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		ichika	kaori	ichika		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	chisa	chisa	mika	yuri	
18:00	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	リラックス	17:30～18:30 美脚・美尻エアリアル	
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	chisa	chisa	リラックス	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
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	9:30～10:30 ハンモック整体						9:00～10:00 リラックス
10:00	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	13:00～13:45 椅子エアリアル	yuri	9:30～10:30 ハンモック整体	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	9:00～10:00 リラックス
10:00			kaori	ichika	yuri	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 リラックス	11:00～12:00 美脚・美尻エアリアル	10:30～11:30 ハンモック整体
12:00			yuri	kaori	ichika	yuri	hitomi
13:00						13:00～13:45 椅子エアリアル	13:00～14:00 リラックス
14:00			14:30～15:30 リラックス	14:30～15:30 リラックス		kaori	saeko
15:00			kaori	ichika			14:30～15:30 ハンモック整体
16:00			16:00～17:00 美脚・美尻エアリアル	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 リラックス
17:00			yuri	16:30～17:30 ハンモック整体	yuri	chisa	ichika
18:00			17:30～18:30 リラックス	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 リラックス
19:00			18:00～19:00 リラックス	18:00～19:00 ハンモック整体	19:00～20:00 リラックス	mika	19:00～20:00 リラックス
20:00			19:30～20:30 ハンモック整体	yuri	yuri		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
10:00	saeko	kaori	hitomi	ichika	yuri	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	ichika	kaori	ichika	yuri	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 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	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	mika	
17:00	yuri	yuri	yuri	yuri	17:30～18:30 リラックス		
18:00	17:30～18:30 リラックス	18:00～19:00 リラックス	18:00～19:00 ハンモック整体	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	mika	
20:00	yuri	19:30～20:30 ハンモック整体	yuri	リラックス			
		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	9:30～10:30 リラックス	9:30～10:30 ハンモック整体	9:30～10:31 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	9:00～10:00 リラックス
10:00	ichika	ichika	kaori	ichika	kaori	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
12:00	ichika	ichika	kaori	kaori	kaori	hitomi	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 ハンモック整体	kaori	14:30～15:30 ハンモック整体	saeko
15:00		ichika	kaori	ichika		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	17:30～18:30 リラックス	yuri	17:30～18:30 ハンモック整体	yuri	yuri	chisa
18:00		18:00～19:00 リラックス	yuri	18:00～19:00 ハンモック整体	リラックス	17:30～18:30 リラックス	美脚・美尻エアリアル
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	リラックス	yuri		chisa
		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	9:30～10:30 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
10:00	ichika	chisa	hitomi	ichika	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 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	10:30～11:30 ハンモック整体
12:00	ichika	ichika	kaori	ichika	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	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		chisa	chisa	chisa	ichika	
	17:30～18:30 リラックス	yuri	17:30～18:30 ハンモック整体	chisa	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	リラックス	18:00～19:00 ハンモック整体	chisa	chisa	yuri	
19:00	19:00～20:00 ハンモック整体	hitomi	19:00～20:00 リラックス	chisa	19:00～20:00 ボディメイク	19:00～20:00 リラックス	
20:00	yuri	ハンモック整体	chisa	リラックス	chisa	ichika	
		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。月末は混みあいますので計画的にご利用ください。