

エアリアルヨガレッスンスケジュール  
2026年3月16日～3月22日

	3月16日 月	3月17日 火	3月18日 水	3月19日 木	3月20日 金	3月21日 土	3月22日 日
9:00							
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 ichika	9:30～10:30 リラックス saeko	9:30～10:30 ハンモック整体 ichika	9:30～10:30 リラックス saeko
11:00	11:00～12:00 リラックス kaori	11:00～12:00 リラックス kaori	11:00～12:00 ハンモック整体 kaori	11:00～12:00 リラックス ichika	11:00～12:00 ハンモック整体 saeko	11:00～12:00 リラックス ichika	11:00～12:00 ハンモック整体 saeko
12:00							
13:00	13:00～13:45 椅子エアリアル kaori				13:00～13:45 椅子エアリアル saeko		13:00～14:00 リラックス saeko
14:00			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 ichika	
15:00							
16:00	16:00～17:00 美脚・美尻エアリアル yuri	16:30～17:30 ハンモック整体 yuri	16:00～17:00 リラックス yuri	16:30～17:30 リラックス eiko	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	17:30～18:30 リラックス yuri	18:00～19:00 リラックス yuri	17:30～18:30 ハンモック整体 yuri	18:00～19:00 ハンモック整体 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	
18:00							
19:00	19:00～20:00 ハンモック整体 yuri	19:30～20:30 ハンモック整体 yuri	19:00～20:00 リラックス yuri	19:30～20:30 リラックス eiko	19:00～20:00 ボディメイク yuri	19:00～20:00 リラックス 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3月23日～3月29日

	3月23日 月	3月24日 火	3月25日 水	3月26日 木	3月27日 金	3月28日 土	3月29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	9:30～10:30
10:00	ハンモック整体 ichika	ハンモック整体 kaori	リラックス kaori	リラックス hitomi	リラックス kaori	ハンモック整体 yuri	リラックス 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	11:00～12:00 ハンモック整体
12:00	ichika	kaori	kaori	hitomi	kaori	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
14:00	ichika				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 ハンモック整体 yuri		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 eiko	16:00～17:00 ハンモック整体 chisa	16:00～17:00 美脚・美尻エアリアル yuri	
17:00	yuri						
	17:30～18:30 リラックス chisa	18:00～19:00 リラックス chisa	17:30～18:30 ハンモック整体 yuri	18:00～19:00 ハンモック整体 chisa	17:30～18:30 リラックス 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 ハンモック整体		
20:00	chisa	19:30～20:30 ハンモック整体 yuri	yuri	19:30～20:30 リラックス eiko	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3月30日～4月5日

	3月30日 月	3月31日 火	4月1日 水	4月2日 木	4月3日 金	4月4日 土	4月5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	9:30～10:30
10:00	ハンモック整体 ichika	ハンモック整体 kaori	リラックス kaori	ハンモック整体 ichika	リラックス kaori	ハンモック整体 yuri	リラックス momoko
11:00	11:00～12:00 リラックス ichika	11:00～12:00 リラックス kaori	11:00～12:00 ハンモック整体 kaori	11:00～12:00 美脚・美尻エアリアル yuri	11:00～12:00 ハンモック整体 kaori	11:00～12:00 リラックス yuri	11:00～12:00 ハンモック整体 yuri
12:00							
13:00	13:00～13:45 椅子エアリアル ichika				13:00～13:45 椅子エアリアル kaori		13:00～14:00 リラックス momoko
14:00		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 ハンモック整体 ichika		14:30～15:30 ハンモック整体 yuri	
15:00							
16:00	16:00～17:00 美脚・美尻エアリアル yuri	16:30～17:30 ハンモック整体 hitomi	16:00～17:00 リラックス chisa	16:30～17:30 リラックス eiko	16:00～17:00 ハンモック整体 yuri	16:00～17:00 リラックス ichika	
17:00	17:30～18:30 リラックス yuri	18:00～19:00 リラックス chisa	17:30～18:30 ハンモック整体 chisa	18:00～19:00 ハンモック整体 yuri	17:30～18:30 リラックス yuri	17:30～18:30 ハンモック整体 ichika	
18:00							
19:00	19:00～20:00 ハンモック整体 chisa	19:30～20:30 ハンモック整体 hitomi	19:00～20:00 リラックス chisa	19:30～20:30 リラックス eiko	19:00～20:00 ハンモック整体 yuri	19:00～20:00 リラックス ichika	
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4月6日～4月12日

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

	4月13日 月	4月14日 火	4月15日 水	4月16日 木	4月17日 金	4月18日 土	4月19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	9:30～10:30 リラックス
10:00	ichika	ichika	kaori	ichika	kaori	eiko	eiko
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	11:00～12:00 ハンモック整体
12:00	ichika	ichika	kaori	ichika	kaori	eiko	eiko
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	ichika	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 リラックス	eiko
15:00		ichika	kaori	ichika		eiko	
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	eiko	hitomi	ichika	
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	17:30～18:30 リラックス	17:30～18:30 美脚・美尻エアリアル	
	momoko		yuri		hitomi	ichika	
19:00	19:00～20:00 ハンモック整体	momoko	19:00～20:00 リラックス	eiko	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	19:30～20:30 リラックス	hitomi	ichika	
		yuri		eiko			

★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4月20日～4月26日

	4月20日 月	4月21日 火	4月22日 水	4月23日 木	4月24日 金	4月25日 土	4月26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	9:30～10:30
10:00	ハンモック整体 ichika	ハンモック整体 kaori	リラックス kaori	ハンモック整体 ichika	リラックス ichika	ハンモック整体 hitomi	リラックス 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	11:00～12:00 ハンモック整体
12:00	kaori	kaori	kaori	ichika	ichika	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	ichika				ichika		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 ハンモック整体 ichika		14:30～15:30 ハンモック整体 hitomi	
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 hitomi	16:30～17:30 リラックス	16:00～17:00 ハンモック整体 yuri	16:00～17:00 リラックス momoko	
17:00	17:30～18:30 リラックス	yuri	17:30～18:30 ハンモック整体	eiko	17:30～18:30 リラックス	17:30～18:30 美脚・美尻エアリアル	
18:00	momoko	18:00～19:00 リラックス	hitomi	18:00～19:00 ハンモック整体	yuri	yuri	
19:00	19:00～20:00 ハンモック整体	momoko	19:00～20:00 リラックス	eiko	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 yuri	hitomi	リラックス eiko	yuri	momoko	

★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。