

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。

エアリアルヨガレッスンスケジュール
2026年4月27日～5月3日

| | 4月27日 月 | 4月28日 火 | 4月29日 水 | 4月30日 木 | 5月1日 金 | 5月2日 土 | 5月3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 | ハンモック整体 | リラックス | リラックス | リラックス | ハンモック整体 | リラックス |
| | kaori | kaori | kaori | ichika | ichika | ichika | momoko |
| 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 | 11:00~12:00 |
| | リラックス | リラックス | ハンモック整体 | 美脚・美尻エアリアル | ハンモック整体 | リラックス | リラックス |
| 12:00 | kaori | kaori | kaori | ichika | ichika | ichika | momoko |
| 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 | | | | ichika | | |
| | | 14:30~15:30 | 14:30~15:30 | 14:30~15:30 | | 14:30~15:30 | |
| 15:00 | | リラックス | ハンモック整体 | ハンモック整体 | | ハンモック整体 | |
| | | kaori | kaori | ichika | | ichika | |
| 16:00 | 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 | | |
| 17:00 | yuri | ハンモック整体 | hitomi | リラックス | yuri | | |
| | 17:30~18:30 | yuri | 17:30~18:30 | eiko | 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 | | |
| | momoko | リラックス | hitomi | ハンモック整体 | yuri | | |
| 19:00 | 19:00~20:00 | yuri | 19:00~20:00 | eiko | | | |
| | ハンモック整体 | 19:30~20:30 | リラックス | 19:30~20:30 | | | |
| 20:00 | yuri | ハンモック整体 | hitomi | リラックス | | | |
| | | 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5月4日～5月10日

| | 5月4日 月 | 5月5日 火 | 5月6日 水 | 5月7日 木 | 5月8日 金 | 5月9日 土 | 5月10日 日 |
|-------|------------------------|------------------------|------------------------|---------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|
| 9:00 | | | | | | | |
| | 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 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 | chisa | chisa | momoko | kaori | kaori | hitomi | yuri |
| 11:00 | 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 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 | chisa | chisa | momoko | kaori | ichika | hitomi | yuri |
| 13:00 | 13:00～14:00 ハンモック整体 | 13:00～14:00 リラックス | | | 13:00～13:45 椅子エアリアル | | 13:00～14:00 リラックス |
| 14:00 | chisa | chisa | | | ichika | | yuri |
| 15:00 | | | 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 | |
| 16:00 | | | momoko | ichika | | hitomi | |
| 17:00 | | | 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 | |
| 18:00 | | | yuri | eiko | yuri | eiko | |
| 19:00 | | | 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 ハンモック整体 | |
| 20:00 | | | yuri | eiko | 19:00～20:00 ボディメイク | 19:00～20:00 リラックス | |
| | | | 19:00～20:00 リラックス | 19:30～20:30 リラックス | yuri | eiko | |
| | | | 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5月11日～5月17日

| | 5月11日 月 | 5月12日 火 | 5月13日 水 | 5月14日 木 | 5月15日 金 | 5月16日 土 | 5月17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 | kaori | kaori | ichika | hitomi | yuri | 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 | kaori | kaori | ichika | hitomi | momoko | 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 | | kaori | kaori | ichika | | momoko | |
| 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 | ハンモック整体 | hitomi | リラックス | yuri | ichika | |
| | 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 | ハンモック整体 | yuri | 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 | hitomi | リラックス | yuri | 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5月18日～5月24日

| | 5月18日 月 | 5月19日 火 | 5月20日 水 | 5月21日 木 | 5月22日 金 | 5月23日 土 | 5月24日 日 |
|-------|-----------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|
| 9:00 | | | | | | | |
| 10:00 | 9:30～10:30 ハンモック整体 ichika | 9:30～10:30 ハンモック整体 hitomi | 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 ichika | 9:30～10:30 ハンモック整体 momoko | 9:30～10:30 リラックス chisa |
| 11:00 | 11:00～12:00 リラックス ichika | 11:00～12:00 リラックス hitomi | 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 ichika | 11:00～12:00 ハンモック整体 ichika | 11:00～12:00 リラックス momoko | 11:00～12:00 ハンモック整体 chisa |
| 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 ichika | | |
| 14:00 | | 14:30～15:30 リラックス hitomi | 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 momoko | |
| 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 chisa | 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 yuri | 18:00～19:00 ハンモック整体 eiko | 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 | 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 chisa | 19:00～20:00 リラックス yuri | |
| 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5月25日～5月31日

| | 5月25日 月 | 5月26日 火 | 5月27日 水 | 5月28日 木 | 5月29日 金 | 5月30日 土 | 5月31日 日 |
|-------|-----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| 9:00 | | | | | | | |
| 10:00 | 9:30～10:30 ハンモック整体 ichika | 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 kaori | 9:30～10:30 ハンモック整体 hitomi | 9:30～10:30 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 ichika | 11:00～12:00 ハンモック整体 kaori | 11:00～12:00 リラックス hitomi | 11:00～12:00 ハンモック整体 momoko |
| 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 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 | |
| 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 momoko | 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 chisa | 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 chisa | 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 momoko | 19:30～20:30 ハンモック整体 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 chisa | 19:00～20:00 リラックス yuri | |
| 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。月末は混みありますので計画的にご利用ください。