

エアリアルヨガレッスンスケジュール
2026年6月29日～7月5日

	6月29日 月	6月30日 火	7月1日 水	7月2日 木	7月3日 金	7月4日 土	7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 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	ichika	hitomi	kaori	ichika	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		
14:00	ichika				kaori		
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 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 yuri	16:00~17:00 リラックス momoko	
17:00	yuri	momoko	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 ハンモック整体	
18:00	17:30~18:30 リラックス momoko	18:00~19:00 リラックス momoko	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 ボディメイク	19:00~20:00 リラックス momoko	
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	momoko	19:30~20:30 ハンモック整体 momoko	yuri	19:30~20:30 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。

※インストラクターは予告なく変更となることがありますのでご了承ください

エアリアルヨガレッスンスケジュール
2026年7月6日～7月12日

	7月6日 月	7月7日 火	7月8日 水	7月9日 木	7月10日 金	7月11日 土	7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	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	リラックス
	hitomi	hitomi	kaori	ichika	kaori	hitomi	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	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	ハンモック整体
12:00	hitomi	hitomi	kaori	ichika	kaori	hitomi	saeko
13:00	13:00～13:45				13:00～13:45		13:00～14:00
	椅子エアリアル				椅子エアリアル		リラックス
14:00	hitomi				kaori		saeko
		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	
		hitomi	kaori	ichika		hitomi	
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	yuri	ichika	
	17:30～18:30	momoko	17:30～18:30	eiko	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	
	momoko	リラックス	yuri	ハンモック整体	yuri	ichika	
19:00	19:00～20:00	momoko	19:00～20:00	eiko	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	ハンモック整体	リラックス	
20:00	momoko	ハンモック整体	yuri	リラックス	yuri	momoko	
		momoko		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。

※インストラクターは予告なく変更となることがありますのでご了承ください

エアリアルヨガレッスンスケジュール
2026年7月13日～7月19日

	7月13日 月	7月14日 火	7月15日 水	7月16日 木	7月17日 金	7月18日 土	7月19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 hitomi	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	hitomi	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		
14:00	kaori				ichika		
15:00		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 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 ハンモック整体 yuri	
17:00	yuri	momoko	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	17:30～18:30 リラックス momoko	18:00～19:00 リラックス	18:00～19:00 ハンモック整体 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	momoko	19:30～20:30 ハンモック整体 momoko	hitomi	19:30～20:30 リラックス eiko	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。

※インストラクターは予告なく変更となることがありますのでご了承ください

エアリアルヨガレッスンスケジュール
2026年7月20日～7月26日

	7月20日 月	7月21日 火	7月22日 水	7月23日 木	7月24日 金	7月25日 土	7月26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	yuri	hitomi	kaori	ichika	hitomi	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 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	yuri	hitomi	kaori	ichika	hitomi	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	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	hitomi	14:30～15:30 リラックス	saeko
15:00		hitomi	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	momoko	momoko	yuri	リラックス	chisa	momoko	
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	eiko	17:30～18:30 リラックス	17:30～18:30 美脚・美尻エアリアル	
19:00	momoko	momoko	yuri	ハンモック整体	chisa	momoko	
19:00		19:30～20:30 ハンモック整体	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		momoko	yuri	リラックス	chisa	momoko	
				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。

※インストラクターは予告なく変更となることがありますのでご了承ください

エアリアルヨガレッスンスケジュール
2026年7月27日～7月31日

	7月27日 月	7月28日 火	7月29日 水	7月30日 木	7月31日 金	8月1日 土	8月2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 yuri	ハンモック整体 hitomi	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 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	yuri	hitomi	kaori	ichika	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	kaori	14:30～15:30 リラックス	saeko
15:00		hitomi		ichika		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	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	momoko	hitomi	eiko	chisa	momoko	
	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	momoko	hitomi	hitomi	chisa	chisa	momoko	
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	momoko	ハンモック整体 momoko	hitomi	リラックス eiko	chisa	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。

※インストラクターは予告なく変更となることがありますのでご了承ください