エアリアルヨガレッスンスケジュール
2026年11月9日～11月15日

	11月9日 月	11月10日 火	11月11日 水	11月12日 木	11月13日 金	11月14日 土	11月15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 hitomi	9：30～10：30 リラックス kaori	9：30～10：30 ハンモック整体 yuri	9：30～10：30 リラックス yuri	9：30～10：30 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 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	
12:00	kaori	hitomi	kaori	yuri	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	kaori				yuri		
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 yuri		14：30～15：30 ハンモック整体 saeko	
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	
17:00	yuri	16：30～17：30 ハンモック整体	yuri			yuri	
18:00	17：30～18：30 リラックス yuri	momoko 18：00～19：00 リラックス	17：30～18：30 ハンモック整体 yuri	eiko 18：00～19：00 ハンモック整体	17：30～18：30 リラックス momoko	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	momoko 19：30～20：30 ハンモック整体	19：00～20:00 リラックス	eiko 19：30～20：30 リラックス	19：00～20:00 ハンモック整体	19：00～20:00 リラックス	
20:00	yuri	momoko	yuri	eiko	momoko	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。

※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11月16日～11月22日

	11月16日 月	11月17日 火	11月18日 水	11月19日 木	11月20日 金	11月21日 土	11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 hitomi	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 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	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	kaori	hitomi	kaori	hitomi	kaori	hitomi	momoko
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				kaori		
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 hitomi		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		16:00～17:00 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	16：30～17：30 ハンモック整体 momoko	yuri	16：30～17：30 リラックス eiko	yuri	yuri	
18:00	17：30～18：30 リラックス momoko	18：00～19：00 リラックス	17：30～18：30 ハンモック整体 yuri	18：00～19：00 ハンモック整体	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	momoko 19：30～20：30 ハンモック整体	19：00～20:00 リラックス	eiko 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	momoko	momoko	yuri	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。月末は混みあい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11月23日～11月29日

	11月23日 月	11月24日 火	11月25日 水	11月26日 木	11月27日 金	11月28日 土	11月29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	momoko	kaori	kaori	yuri	hitomi	momoko	yuri
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	momoko	hitomi	kaori	yuri	kaori	momoko	yuri
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 イベント
14:00	momoko				hitomi		yuri
			14：30～15：30 ハンモック整体	14：30～15：30 ハンモック整体		14：30～15：30 ハンモック整体	
15:00			kaori	yuri		momoko	
16:00	16:00～17:00 美脚・美尻エアリアル		16:00～17:00 リラックス		16:00～17:00 ハンモック整体	16:00～17:00 ハンモック整体	
		16：30～17：30 ハンモック整体		16：30～17：30 リラックス			
17:00	yuri		yuri		yuri	yuri	
	17：30～18：30 リラックス	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		18：00～19：00 リラックス		18：00～19：00 ハンモック整体			
	yuri		yuri		momoko	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 ハンモック整体	19：00～20:00 リラックス	
		19：30～20：30 ハンモック整体		19：30～20：30 リラックス			
20:00	yuri		yuri		momoko	yuri	
		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。月末は混みあい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11月30日～12月6日

	11月30日 月	12月1日 火	12月2日 水	12月3日 木	12月4日 金	12月5日 土	12月6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 yuri	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 yuri
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	yuri	kaori	hitomi	yuri
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				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 yuri		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		16:00～17:00 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	16：30～17：30 ハンモック整体	hitomi	16：30～17：30 リラックス	yuri	momoko	
18:00	17：30～18：30 リラックス yuri	momoko 18：00～19：00 リラックス	17：30～18：30 ハンモック整体 hitomi	eiko 18：00～19：00 ハンモック整体	17：30～18：30 リラックス momoko	17：30～18：30 美脚・美尻エアリアル momoko	
19:00	19：00～20:00 ハンモック整体	momoko 19：30～20：30 ハンモック整体	19：00～20:00 リラックス	eiko 19：30～20：30 リラックス	19：00～20:00 ハンモック整体	19：00～20:00 リラックス	
20:00	yuri	momoko	hitomi	eiko	momoko	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。月末は混みあい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12月7日～12月13日

	12月7日 月	12月8日 火	12月9日 水	12月10日 木	12月11日 金	12月12日 土	12月13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 hitomi	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 kaori	9：30～10：30 ハンモック整体 momoko	
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	
12:00	kaori	hitomi	kaori	hitomi	kaori	momoko	
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				kaori		
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 hitomi		14：30～15：30 ハンモック整体 momoko	
16:00	16:00～17:00 ハンモック整体	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	chisa 17：30～18：30 リラックス	momoko 18：00～19：00 リラックス	yuri 17：30～18：30 ハンモック整体	eiko 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	
18:00	momoko		yuri		yuri	yuri	
19:00	19：00～20:00 ハンモック整体	momoko 19：30～20：30 ハンモック整体	19：00～20:00 リラックス	eiko 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	momoko	momoko	yuri	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。月末は混みあい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12月14日～12月20日

	12月14日 月	12月15日 火	12月16日 水	12月17日 木	12月18日 金	12月19日 土	12月20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 yuri	9：30～10：30 リラックス kaori	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	9：30～10：30 リラックス momoko
11:00	11：00～12：00 リラックス kaori	11：00～12：00 リラックス yuri	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 momoko
12:00							
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				kaori		
15:00		14：30～15：30 リラックス yuri	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				16:00～17:00 ハンモック整体	16:00～17:00 ハンモック整体	
17:00	yuri	16：30～17：30 ハンモック整体		16：30～17：30 リラックス	yuri	yuri	
18:00	17：30～18：30 リラックス yuri	momoko 18：00～19：00 リラックス	17：30～18：30 ハンモック整体 momoko	eiko 18：00～19：00 ハンモック整体	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	momoko 19：30～20：30	19：00～20:00 リラックス	eiko 19：30～20：30	19：00～20:00 ハンモック整体		
20:00	yuri	ハンモック整体 momoko	momoko	リラックス eiko	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。

※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12月21日～12月27日

	12月21日 月	12月22日 火	12月23日 水	12月24日 木	12月25日 金	12月26日 土	12月27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 hitomi	9：30～10：30 リラックス kaori	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 hitomi	9：30～10：30 リラックス momoko
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	yuri	kaori	hitomi	momoko
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				kaori		
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 yuri		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 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 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 yuri	18：00～19：00 リラックス	yuri	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 19：30～20：30	19：00～20:00 リラックス	eiko 19：30～20：30	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 momoko	yuri	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。月末は混みあい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12月28日～1月3日

	12月28日 月	12月29日 火	12月30日 水	12月31日 木	1月1日 金	1月2日 土	1月3日 日
9:00							
10:00	9：30～10：30 ハンモック整体 yuri	9：30～10：30 ハンモック整体 yuri					
11:00	11：00～12：00 リラックス	11：00～12：00 リラックス					
12:00	yuri	yuri					
13:00							
14:00							
15:00		14：30～15：30 リラックス yuri					
16:00							
17:00							
18:00	17：30～18：30 リラックス yuri						
19:00	19：00～20:00 ハンモック整体						
20:00	yuri						

年末年始はこの期間、お休みをいただきます。
4日から営業致します！

★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。

※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