



2022 オンラインクラススケジュール



日	月	火	水	木	金	土
<p>《 オンラインクラス料金 》</p> <p>* スタジオ会員・・・無料 (スタジオ回数に関係なく何回でも入れます。)</p> <p>* 休会中、会員外の方・・・500円 又は800円(税別)</p> <p>* オンライン会員・・・4800円(税込み)(月額)</p> <p>お友達ご紹介で初月のみ半額の2400円!!ご予約は、ホームページ、予約サイトから♪</p>				1	2	3
				20:45~21:45 陰ヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	11:00~12:00 リフレッシュヨガ (MIHO) ※録画配信	20:00~21:00 陰ヨガ (YUKARI) ※録画配信
4	5	6	7	8	9	10
		13:30~14:30 リフレッシュヨガ (MIHO) ※スタジオ生配信		11:00~11:30 ストレッチ & リラクソヨガ☆ (MIHO) ※生配信	11:00~12:00 リフレッシュヨガ (MIHO) ※録画配信	11:30~12:30 ハタヨガ (KOZUE) ※スタジオ生配信
20:00~21:00 ナイトヨガ (YUKARI) ※録画配信	19:30~20:30 ストレッチ & リラクソヨガ (jun) ※スタジオ生配信	19:30~20:30 ストレッチ & リラクソヨガ (jun) ※録画配信		20:45~21:45 陰ヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信		20:00~21:00 陰ヨガ (YUKARI) ※録画配信
11	12	13	14	15	16	17
10:00~10:30 ストレッチ & リラクソヨガ☆ (MIHO) ※録画配信	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※スタジオ生配信		11:00~12:00 ハタヨガ (KOZUE) ※録画配信			11:00~12:00 ストレッチ & リラクソヨガ☆ ※スタジオ生配信
	19:30~20:30 ストレッチ & リラクソヨガ ※スタジオ生配信	19:30~20:30 ストレッチ & リラクソヨガ ※録画配信	19:30~20:30 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※録画配信		19:30~20:30 季節のヨガ ~9月編~ (KOZUE) ※スタジオ生配信	
18	19	20	21	22	23	24
		13:30~14:30 リフレッシュヨガ (MIHO) ※スタジオ生配信	11:00~12:00 ストレッチ & リラクソヨガ☆ ※録画配信	11:00~11:30 ストレッチ & リラクソヨガ☆ (MIHO) ※生配信	11:00~12:00 リフレッシュヨガ (MIHO) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ & リラクソヨガ☆ ※スタジオ生配信
19:00~20:00 季節のヨガ ~9月編~ (KOZUE) ※録画配信			19:30~20:30 股関節ほぐしヨガ (KOZUE) ※スタジオ生配信	20:45~21:45 陰ヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	19:00~20:00 股関節ほぐしヨガ (KOZUE) ※録画配信	20:00~21:00 陰ヨガ (YUKARI) ※録画配信
25	26	27	28	29	30	
10:00~10:30 ストレッチ & リラクソヨガ☆ (MIHO) ※録画配信	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※スタジオ生配信	11:00~11:30 リフレッシュヨガ (MIHO) ※生配信	11:00~12:00 ストレッチ & リラクソヨガ☆ ※録画配信		11:00~11:30 リフレッシュヨガ (MIHO) ※録画配信	
	19:30~20:30 ストレッチ & リラクソヨガ ※スタジオ生配信	19:30~20:30 ストレッチ & リラクソヨガ ※録画配信	19:30~20:30 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※録画配信	20:45~21:45 陰ヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信		

《 ●同時配信 》
スタジオクラス・オンタイムクラスを同時生配信！
* 都合により急速録画配信になる場合があります。その場合はメールにてお知らせいたします。

《 ●録画配信 》
以前のクラスの録画を配信します。開始時間にメールが届くので、そのメールから参加してください。
視聴期間は3日間。ご都合の良い時に視聴できます。同じ録画が何度か配信される場合があります。

~10月20日はオンラインクラス無料体験~
休会中の方や会員ではない方も、無料でオンラインクラスを体験できます！視聴期間は3日間！
9/10(日)11:30~ハタヨガ、**9/20(火)13:30~リフレッシュヨガ**
ご予約は、ホームページ、予約サイトから♪