



# 2024 オンラインクラススケジュール

# 8月

日	月	火	水	木	金	土
<p>《 オンラインクラス料金 》            * 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。)            * オンライン会員・・・4800円(税込み)(月額)            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
					11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※録画配信
4	5	6	7	8	9	10
11:00~12:00 ゆっくりナイトヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※生配信	11:00~11:20 やさしいトレーニング (SAKURA) ※録画配信	14:00~15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信		11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※録画配信
	19:30~20:30 ストレッチ & リラックスヨガ (jun) ※スタジオ生配信			20:45~21:45 ゆっくりナイトヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信		
11	12	13	14	15	16	17
11:00~12:00 陰ヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※録画配信	11:00~11:20 やさしいトレーニング (SAKURA) ※録画配信		11:00~11:20 やさしいトレーニング (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信
	19:30~20:30 ストレッチ & リラックスヨガ (jun) ※録画配信	(再配信)			(再配信)	
18	19	20	21	22	23	24
	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※生配信	11:00~11:20 やさしいトレーニング (SAKURA) ※録画配信	14:00~15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信		11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信
	19:30~20:30 ストレッチ & リラックスヨガ (jun) ※スタジオ生配信	(再配信)		20:45~21:45 ゆっくりナイトヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信		
25	26	27	28	29	30	31
11:00~12:00 ゆっくりナイトヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※録画配信	11:00~11:20 やさしいトレーニング (SAKURA) ※録画配信	14:00~15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信		11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※録画配信
	19:30~20:30 ストレッチ & リラックスヨガ (jun) ※録画配信	(再配信)		20:45~21:45 陰ヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信		

《●スタジオ生配信》 スタジオクラス・オンタイムクラスを同時生配信！

\* 都合により急遽おやすみや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。