



## 2026 オンラインクラススケジュール

1月

日	月	火	水	木	金	土
今年一年、体も心も健康にすこやかに過ごしていきましょう。 どうぞよろしくお願ひ致します。					1 11:00~11:30 やさしい太陽礼拝 (YUKARI) ※録画配信	2 11:00~12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※録画配信
4 11:00~11:30 やさしい筋トレ (YUKARI) ※録画配信	5 	6 11:00~11:20 やさしいトレーニング (SAKURA) ※録画配信	7 14:00~15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	8 11:00~11:30 やさしいピラティス☆ (jun) ※録画配信	9 11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	10 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 (ETSUKO) ※スタジオ生配信		20:30~21:30 ゆっくりナイトヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	
11 11:00~12:00 ゆっくりナイトヨガ (YUKARI) ※録画配信	12 	13 11:00~11:20 やさしいトレーニング (SAKURA) ※録画配信(再)	14 14:00~15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	15 11:00~11:30 やさしいピラティス☆ (jun) ※録画配信(再)	16 11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	17 11:00~12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信
			19:30~20:00 寒さを吹き飛ばせ やさしい筋トレ (YUKARI) ※スタジオ生配信		19:30~20:00 寒さを吹き飛ばせ やさしい筋トレ (YUKARI) ※録画配信	
18 	19 	20 11:00~12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※録画配信(再)	21 11:00~11:20 やさしいトレーニング (SAKURA) ※録画配信	22 14:00~15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	23 11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	24 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 (ETSUKO) ※録画配信		20:30~21:30 ゆっくりナイトヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	
25 11:00~12:00 ゆっくりナイトヨガ (YUKARI) ※録画配信	26 	27 11:00~11:20 やさしいトレーニング (SAKURA) ※録画配信(再)	28 14:00~15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	29 11:00~11:30 やさしいピラティス☆ (jun) ※録画配信(再)	30 11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	31 11:00~12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※録画配信
			19:30~20:00 寒さを吹き飛ばせ やさしい筋トレ (YUKARI) ※スタジオ生配信		19:30~20:00 寒さを吹き飛ばせ やさしい筋トレ (YUKARI) ※録画配信	

## 《 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!!

FUN A ROOM  
YOGA X KAATSU

ご予約は、ホームページ、予約サイトから♪

《●スタジオ生配信》スタジオクラス・オンライ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。