



2025 オンラインクラススケジュール

8月

日	月	火	水	木	金	土
《 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♪			☆夏限定☆ 波音サンライズヨガ 生配信 水曜日朝5:15～ (雨天中止) 録画配信 土曜日朝6:00～ 要予約です！ 		1 11:00～12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	2 6:00～6:30 夏限定・波音サンライズヨガ (ERIKA) ※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
3	4	5	6	7	8	9
11:00～12:00 ストレッチ＆リラックスヨガ (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	5:15～5:45 夏限定・波音サンライズヨガ (ERIKA) ※生配信 14:00～15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	←5:15からになりました！ 	11:00～12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信 20:30～21:30 おやすみ前のねたまんまヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	6:00～6:30 夏限定・波音サンライズヨガ (ERIKA) ※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
10	11	12	13	14	15	16
11:00～12:00 おやすみ前のねたまんまヨガ (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(再)	5:15～5:45 夏限定・波音サンライズヨガ (ERIKA) ※生配信			6:00～6:30 夏限定・波音サンライズヨガ (ERIKA) ※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
17	18	19	20	21	22	23
11:00～12:00 陰ヨガ (YUKARI) ※録画配信 	11:00～12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※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	11:00～11:20 やさしいトレーニング (SAKURA) ※録画配信(再) 19:30～20:30 陰ヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	5:15～5:45 夏限定・波音サンライズヨガ (ERIKA) ※生配信 14:00～15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	13:00～14:00 フレイル予防ヨガ (えりか) ※スタジオ生配信 録画配信付き	11:00～12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信 20:30～21:30 おやすみ前のねたまんまヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	6:00～6:30 夏限定・波音サンライズヨガ (ERIKA) ※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
24	25	26	27	28	29	30
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 19:30～20:30 ストレッチ＆リラックスヨガ (jun) ※録画配信	11:00～11:20 やさしいトレーニング (SAKURA) ※録画配信(再)	5:15～5:45 夏限定・波音サンライズヨガ (ERIKA) ※生配信 14:00～15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	 FUN A ROOM YOGA X KATSU	11:00～12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	6:00～6:30 夏限定・波音サンライズヨガ (ERIKA) ※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