



# 2026 オンラインクラススケジュール

# 3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
11:00~11:30 寒さを吹き飛ばせ やさしい筋トレ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ & リラククスヨガ (YUKARI) ※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	11:00~11:30 やさしい ピラティス☆ (jun) ※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 & リラククスヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信
		19:30~20:30 ストレッチ & リラククスヨガ (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	
8	9	10	11	12	13	14
11:00~12:00 ゆっくり ナイトヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ & リラククスヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~11:20 やさしい トレーニング (SAKURA) ※録画配信(再)	14:00~15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	11:00~11:30 やさしい ピラティス☆ (jun) ※録画配信(再)	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 & リラククスヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信
		19:30~20:00 やさしい筋トレ (YUKARI) ※スタジオ生配信				
15	16	17	18	19	20	21
11:00~11:30 やさしい筋トレ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ & リラククスヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~11:20 やさしい トレーニング (SAKURA) ※録画配信(再)	14:00~15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	11:00~11:30 やさしい ピラティス☆ (jun) ※録画配信(再)	11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	
		19:30~20:30 ストレッチ & リラククスヨガ (ETSUKO) ※録画配信				
22	23	24	25	26	27	28
		11:00~11:20 やさしい トレーニング (SAKURA) ※録画配信(再)	14:00~15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	11:00~11:30 やさしい ピラティス☆ (jun) ※録画配信(再)	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 & リラククスヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信
29	30	31	<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> <p>FUN A ROOM YOGA X KAATSU</p>			
14:00~15:30 一粒万倍日 ★108回太陽礼拝! ※スタジオ生配信 アーカイブ付き	11:00~12:00 ストレッチ & リラククスヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~11:20 やさしい トレーニング (SAKURA) ※録画配信(再)				
		19:30~20:00 やさしい筋トレ (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。