



2022 オンラインクラススケジュール



日	月	火	水	木	金	土
10日・20日は オンライン無料配信クラス実施中! どなたでもご参加できます♪今月は、録画配信 クラス! 視聴期間は3日間! 6/10(金)19:00~ 骨盤底筋ヨガ☆ 6/20(火)19:30~ストレッチ&リラックソガ☆ ご予約は、ホームページ、予約サイトから♪			1	2	3	4
			11:00~12:00 ストレッチ& リラックスヨガ☆ (masumi) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ& リラックスヨガ☆ (MIHO) ※スタジオ生配信	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& リラックスヨガ☆ (masumi) ※スタジオ生配信
			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	20:30~21:30 ナイトヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	20:00~21:00 陰ヨガ (YUKARI) ※録画配信
5	6	7	8	9	10	11
10:00~11:00 ストレッチ& リラックスヨガ☆ (MIHO) ※録画配信	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※スタジオ生配信	14:00~15:00 ストレッチ& リラックスヨガ (masumi) ※スタジオ生配信	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※録画配信	11:00~11:30 ストレッチ& リラックスヨガ☆ (MIHO) ※生配信	11:00~12:00 ストレッチ& リラックスヨガ (masumi) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ& リラックスヨガ☆ (masumi) ※スタジオ生配信
14:00~15:00 エアリアルヨガ (masumi) ※録画配信付き 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! *都合により急遽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。 【同時配信・録画配信付き】 同時配信終了後、録画を配信します。オンタイムでも録画でも視聴できます。				
20:00~21:00 ナイトヨガ (YUKARI) ※録画配信	19:30~20:30 ストレッチ& リラックスヨガ (jun/masumi) ※スタジオ生配信	19:30~20:30 ストレッチ& リラックスヨガ (jun/masumi) ※録画配信	19:00~20:00 骨盤底筋ヨガ (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 骨盤底筋ヨガ (KOZUE) ※録画配信	20:00~21:00 陰ヨガ (YUKARI) ※録画配信
12	13	14	15	16	17	18
10:00~10:30 ストレッチ& リラックスヨガ☆ (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& リラックスヨガ☆ (masumi) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ& リラックスヨガ☆ (MIHO) ※スタジオ生配信	11:00~11:30 リフレッシュヨガ (MIHO) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ& リラックスヨガ☆ (masumi) ※スタジオ生配信
19:30~20:30 ストレッチ& リラックスヨガ (jun/masumi) ※スタジオ生配信		19:30~20:30 ストレッチ& リラックスヨガ (jun/masumi) ※録画配信	19:30~20:30 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※録画配信		20:30~21:30 ナイトヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	20:00~21:00 陰ヨガ (YUKARI) ※録画配信
19	20	21	22	23	24	25
10:00~11:00 ストレッチ& リラックスヨガ☆ (MIHO) ※録画配信	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※スタジオ生配信	14:00~15:00 ストレッチ& リラックスヨガ (masumi) ※スタジオ生配信	11:00~12:00 ストレッチ& リラックスヨガ☆ (masumi) ※録画配信	11:00~11:30 ストレッチ& リラックスヨガ☆ (MIHO) ※生配信	11:00~12:00 ストレッチ& リラックスヨガ (masumi) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ& リラックスヨガ☆ (masumi) ※スタジオ生配信
	14:00~15:00 エアリアルヨガ (masumi) ※録画配信付き 生配信	●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。				
20:00~21:00 ナイトヨガ (YUKARI) ※録画配信	19:30~20:30 ストレッチ& リラックスヨガ (jun/masumi) ※スタジオ生配信	19:30~20:30 ストレッチ& リラックスヨガ (jun/masumi) ※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	19:00~20:00 季節のヨガ ~6月編~ (KOZUE) ※スタジオ生配信	20:00~21:00 陰ヨガ (YUKARI) ※録画配信
26	27	28	29	30	《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。) * 休月中、会員外の方...500円 又 は800円(税別) * オンライン会員...4800円(税込 /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♪	
10:00~10:30 ストレッチ& リラックスヨガ☆ (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& リラックスヨガ☆ (masumi) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ& リラックスヨガ☆ (MIHO) ※スタジオ生配信		
19:00~20:00 季節のヨガ ~6月編~ (KOZUE) ※録画配信	19:30~20:30 ストレッチ& リラックスヨガ (jun/masumi) ※スタジオ生配信	19:30~20:30 ストレッチ& リラックスヨガ (jun/masumi) ※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		