



2026 オンラインクラススケジュール

9月

日	月	火	水	木	金	土
 FUN A ROOM YOGA X RAATSU		1	2	3	4	5
			5:35～6:05 波音サンライズ ヨガ (ERIKA) ※海から生配信	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	6:00～6:30 波音サンライズ ヨガ (ERIKA) ※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 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信
6	7	8	9	10	11	12
	11:00～12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00～11:20 やさしい体幹 トレーニング (ERIKA) ※録画配信	5:35～6:05 波音サンライズ ヨガ (ERIKA) ※海から生配信	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	6:00～6:30 波音サンライズ ヨガ (ERIKA) ※録画配信
		19:30～20:30 ストレッチ & リラックスヨガ (ETSUKO) ※スタジオ生配信	14:00～15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信			11:00～12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信
13	14	15	16	17	18	19
11:00～11:30 脂肪燃焼 ウォーキング! (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	11:00～11:20 やさしい体幹 トレーニング(再) (ERIKA) ※録画配信	5:35～6:05 波音サンライズ ヨガ (ERIKA) ※海から生配信	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	6:00～6:30 波音サンライズ ヨガ (ERIKA) ※録画配信
		19:30～20:00 やさしい筋トレ (YUKARI) ※スタジオ生配信	14:00～15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信			11:00～12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信
20	21	22	23	24	25	26
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 & リラックスヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00～11:20 やさしい体幹 トレーニング(再) (ERIKA) ※録画配信		11:00～11:30 やさしい ピラティス☆ (jun) ※録画配信(再)		11:00～12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※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	
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。) * 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♪		
11:00～11:30 脂肪燃焼 ウォーキング! (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	11:00～11:20 やさしい体幹 トレーニング(再) (ERIKA) ※録画配信	5:35～6:05 波音サンライズ ヨガ (ERIKA) ※海から生配信			
(再)		19:30～20:30 ストレッチ & リラックスヨガ (ETSUKO) ※録画配信	14:00～15:00 ベーシックヨガ (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。