



# 2026 オンラインクラススケジュール

# 6月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	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 トレーニング (SAKURA) ※録画配信	5:20~5:50 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
		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
7	8	9	10	11	12	13
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 トレーニング (SAKURA) ※録画配信	5:20~5:50 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
		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		20:30~21:30 ゆっくりナイトヨガ (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
14	15	16	17	18	19	20
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 & リラックスヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~11:20 やさしい トレーニング (SAKURA) ※録画配信	5:20~5:50 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
21	22	23	24	25	26	27
14:00~15:30 108回太陽礼拝 vol.2 ※スタジオ生配信 (1080円)	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 トレーニング (SAKURA) ※録画配信	5:20~5:50 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
		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		20:30~21:30 ゆっくりナイトヨガ (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
28	29	30	<p>《 オンラインクラス料金 》</p> <p>* 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。)</p> <p>* オンライン会員・・・4800円(税込み)(月額)</p> <p>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>			
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 & リラックスヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~11:20 やさしい トレーニング (SAKURA) ※録画配信				
		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。