



2023 オンラインクラススケジュール



日	月	火	水	木	金	土
<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>				1	2	3
				11:00~12:00 ハタヨガ (KOZUE) ※録画配信	11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:30~12:30 ハタヨガ (KOZUE) ※スタジオ生配信
					20:30~21:30 陰ヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	
4	5	6	7	8	9	10
11:00~12:00 陰ヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※スタジオ生配信	11:00~12:00 デトックスヨガ (MIHO) ※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 ハタヨガ (KOZUE) ※録画配信	11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 陰ヨガ (YUKARI) ※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			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	
11	12	13	14	15	16	17
11:00~12:00 胸開く朝のすっきりアロマヨガ (MIHO) ※録画配信	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※録画配信	13:00~14:00 デトックスヨガ (MIHO) ※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 季節のヨガ ~6月編~ (KOZUE) ※録画配信	11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:30~12:30 ハタヨガ (KOZUE) ※スタジオ生配信
	19:30~20:30 ストレッチ & リラックスヨガ (jun) ※スタジオ生配信				20:30~21:30 陰ヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	
18	19	20	21	22	23	24
11:00~12:00 陰ヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※スタジオ生配信	11:00~12:00 デトックスヨガ (MIHO) ※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 ハタヨガ (KOZUE) ※録画配信	11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:30~12:30 ハタヨガ (KOZUE) ※スタジオ生配信
	19:30~20:30 ストレッチ & リラックスヨガ (jun) ※録画配信			20:45~21:45 陰ヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信	20:00~21:00 デトックスナイト ヨガ (KOZUE) ※スタジオ生配信	
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	11:00~12:00 デトックスナイト ヨガ (KOZUE) ※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 肩こり解消ヨガ (MIHO) ※スタジオ生配信	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 & リラックスヨガ (jun) ※スタジオ生配信		19:30~20:30 流れを良くして キレイになるヨガ (KOZUE) ※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。