

## AERIALレッスンスケジュール 2021年9月

月	火	水	木	金	土	日
	養成コース ヨガ michiru  10:00~13:00 ※インストラクター 養成コースの方のみ		エアリアルヨガ ★★ yuuka  10:00~11:10		◆エアリアル ★★★ emina (4・18)  エアリアル ★★ emina (11・25)	養成コース ヨガ hitomii  10:00~13:00 ※インストラクター 養成コースの方のみ
			ベーシックヨガ yuuka  スタジオ&オンライン  11:45~12:55	養成コース ピラティス yukie  10:30~13:30 ※インストラクター 養成コースの方のみ	◆骨盤ヨガ emina (4・18) サブスタジオ  骨盤ヨガ emina (11・25) スタジオ &オンライン	
ベーシックピラティス chika  スタジオ&オンライン  13:00~14:10		ベーシックピラティス yui  スタジオ&オンライン  13:00~14:10			◆姿勢改善 ヨガ hitomi (4・18) サブスタジオ  姿勢改善 ヨガ hitomi (11・25) スタジオ &オンライン	
リンパヨガ hitomi  スタジオ&オンライン  15:00~16:10	エアリアルヨガ ★ emi  14:00~15:10	エアリアルヨガ ★ hitomi  15:00~16:10			ルーキーレッスン ピラティス JOT養成コース卒業生 (11・25)  14:10~15:20	養成コース ピラティス mika  14:30~17:30 ※インストラクター 養成コースの方のみ
		代謝アップヨガ (29) T.noriko  スタジオ&オンライン  17:00~18:10				
エアリアル ★ emi (6・27)  18:20~19:30	シェイプアップ ピラティス emi (13) スタジオ &オンライン	デトックスヨガ K.noriko  18:20~19:30	代謝アップヨガ yuuka  スタジオ&オンライン  19:00~20:10	養成コース ピラティス mika  19:00~22:00 ※インストラクター 養成コースの方のみ	エアリアルヨガ ★ hitomi  18:20~19:30	エアリアルヨガ ★ hitomi  18:00~19:10
ベーシック ピラティス emi (6・27) スタジオ &オンライン  19:50~21:00	エアリアル ★★ emi (13)	リフレッシュヨガ K.noriko  スタジオ&オンライン  19:50~21:00			リラックスヨガ hitomi  スタジオ&オンライン  19:50~21:00	

◆マークは  
養成講座チケットが  
ご利用いただけません  
となります。

※代行レッスン、時間変更、休講情報等につきましては、スタジオAERIALのHPより会員様専用掲示板をご覧ください。  
 ※スタジオ入室はレッスン開始15分前からとなっております。土曜日10:30開始・12:30開始のクラスは隔週でサブスタジオでの開催となります。(桜橋第一ビル3階)  
 ※養成コースはAERIALのレッスンと別枠の講座となります。