

AERIALレッスンスケジュール 2022年2月

月	火	水	木	金	土		日
ルーキーレッスン ピラティス JOT養成コース卒業生	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		◆エアリアル ★★★ emina (5・19)	エアリアル ★★ emina (12・26)	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
10:00~11:10			10:00~11:10		9:00~10:00		
			ベーシックヨガ yuuka スタジオ&オンライン	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 (5・19) サブスタジオ	骨盤ヨガ emina (12・26) スタジオ &オンライン	
		11:45~12:55			10:30~11:40		
ベーシックピラティス chika スタジオ&オンライン		ベーシックピラティス yui スタジオ&オンライン			◆ベーシック ピラティス (5・19) サブスタジオ	姿勢改善 ヨガ hitomi (12・26) スタジオ &オンライン	
13:00~14:10		13:00~14:10			12:30~13:40		
リンパヨガ hitomi スタジオ&オンライン	エアリアルヨガ ★ emi	エアリアルヨガ ★ hitomi			ルーキーレッスン ピラティス JOT養成コース卒業生 (12・26)		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
15:00~16:10	14:00~15:10	15:00~16:10			14:10~15:20		
		代謝アップヨガ (16) T.noriko スタジオ&オンライン			エアリアルヨガ ★ hitomi		
		17:00~18:10			17:30~18:40		
エアリアル ★ emi (14・28)	シェイプアップ ピラティス emi (7・21) スタジオ &オンライン	デトックスヨガ K.noriko	代謝アップヨガ yuuka スタジオ&オンライン	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	リラックスヨガ hitomi (4・18) スタジオ &オンライン	エアリアル ★ hitomi (25)	エアリアルヨガは スタジオレッスンのみ 開催となります。 ◆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。
18:20~19:30	18:20~19:30	19:00~20:10			18:20~19:30		
ベーシック ピラティス emi (14・28) スタジオ &オンライン	エアリアル ★★ emi (7・21)	リフレッシュヨガ K.noriko スタジオ&オンライン	養成コース ヨガ hitomi 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 ★ hitomi (4・18)	リラックスヨガ hitomi (25) スタジオ &オンライン	
19:50~21:00	19:50~21:00	※インストラクター 養成コースの方のみ		19:50~21:00			

※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。