

AERIALレッスンスケジュール 2022年8月

月	火		水		木		金		土		
	スタジオ		サブスタジオ(桜橋第一ビル3F)		スタジオ		サブスタジオ(桜橋第一ビル3F)		スタジオ		
1	ベーシックピラティス 13:00~14:10 chika リンパヨガ 15:00~16:10 akane エアリアル★ 18:20~19:30 mayumi ベーシックピラティス 19:50~21:00 mayumi	エアリアル★ 14:00~15:10 akane デトックスヨガ 18:20~19:30 K.noriko リフレッシュヨガ 19:50~21:00 K.noriko	ベーシックピラティス 13:00~14:10 yui エアリアル★ 15:00~16:10 akane 代謝アップヨガ 19:00~20:10 saya	リフレッシュヨガ 10:00~11:10 saya ベーシックヨガ 11:45~12:55 saya	リラックスヨガ 18:20~19:30 akane エアリアル★ 19:50~21:00 akane	エアリアル★★★ 9:00~10:00 emina エアリアル★ 17:00~18:10 akane	骨盤ヨガ 10:30~11:40 emina 姿勢改善ヨガ 12:30~13:40 akane				
8	ベーシックピラティス 13:00~14:10 chika リンパヨガ 15:00~16:10 akane ベーシックピラティス 18:20~19:30 mayumi エアリアル★★ 19:50~21:00 mayumi	エアリアル★ 14:00~15:10 akane デトックスヨガ 18:20~19:30 K.noriko リフレッシュヨガ 19:50~21:00 K.noriko	ベーシックピラティス 13:00~14:10 ft:mika_3 エアリアル★ 15:00~16:10 akane 代謝アップヨガ 19:00~20:10 saya	リフレッシュヨガ 10:00~11:10 saya ベーシックヨガ 11:45~12:55 saya	エアリアル★ 18:20~19:30 akane リラックスヨガ 19:50~21:00 akane						
15		エアリアル★ 14:00~15:10 akane デトックスヨガ 18:20~19:30 K.noriko リフレッシュヨガ 19:50~21:00 K.noriko	ベーシックピラティス 13:00~14:10 yui エアリアル★ 15:00~16:10 akane 代謝アップヨガ 19:00~20:10 saya	リフレッシュヨガ 10:00~11:10 saya ベーシックヨガ 11:45~12:55 saya	リラックスヨガ 18:20~19:30 akane エアリアル★ 19:50~21:00 akane	エアリアル★★★ 9:00~10:00 emina エアリアル★ 17:00~18:10 akane	骨盤ヨガ 10:30~11:40 emina 姿勢改善ヨガ 12:30~13:40 akane				
22	ベーシックピラティス 13:00~14:10 chika リンパヨガ 15:00~16:10 代.chika ベーシックピラティス 18:20~19:30 mayumi エアリアル★★ 19:50~21:00 mayumi	エアリアル★ 14:00~15:10 akane デトックスヨガ 18:20~19:30 K.noriko リフレッシュヨガ 19:50~21:00 K.noriko	ベーシックピラティス 13:00~14:10 yui エアリアル★ 15:00~16:10 akane 代謝アップヨガ 19:00~20:10 saya	リフレッシュヨガ 10:00~11:10 saya ベーシックヨガ 11:45~12:55 saya	エアリアル★ 18:20~19:30 akane リラックスヨガ 19:50~21:00 akane	エアリアル★★★ 9:00~10:00 emina 骨盤ヨガ 10:30~11:40 emina 姿勢改善ヨガ 12:30~13:40 akane ルーキーレッスン ヨガ 14:10~15:20 - エアリアル★ 17:00~18:10 akane					
29	ベーシックピラティス 13:00~14:10 chika リンパヨガ 15:00~16:10 akane エアリアル★ 18:20~19:30 mayumi ベーシックピラティス 19:50~21:00 mayumi	エアリアル★ 14:00~15:10 akane デトックスヨガ 18:20~19:30 K.noriko リフレッシュヨガ 19:50~21:00 K.noriko	ベーシックピラティス 13:00~14:10 yui エアリアル★ 15:00~16:10 akane 代謝アップヨガ 17:00~18:10 T.noriko 代謝アップヨガ 19:00~20:10 saya	1	2		3				

※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。