

## AERIALレッスンスケジュール 2022年1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 (8・22)  エアリアル ★★ emina (15・29)	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 (8・22) サブスタジオ  骨盤ヨガ emina (15・29) 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 (8・22) サブスタジオ  姿勢改善 ヨガ hitomi (15・29) 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	エアリアルヨガ ★ hitomi				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 (26) T.noriko  スタジオ&オンライン  17:00~18:10			エアリアルヨガ ★ hitomi  17:30~18:40		
エアリアル ★ emi (17・31)	シェイプアップ ピラティス emi (24) 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 (7・21) スタジオ &オンライン	エアリアル ★ hitomi (14・28)	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。
ベーシック ピラティス emi (17・31) スタジオ &オンライン	エアリアル ★★ emi (24)	リフレッシュヨガ K.noriko  スタジオ&オンライン			エアリアル ★ hitomi (7・21)		
			※インストラクター 養成コースの方のみ				

※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。