

AERIALレッスンスケジュール 2022年7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 (9・23)	エアリアル ★★ emina (2・16・30)	養成コース ヨガ natsumi 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 (9・23) サブスタジオ	骨盤ヨガ emina (2・16・30) 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 akane (2・9・23) サブスタジオ	姿勢改善ヨガ akane (16・30) スタジオ &オンライン
リンパヨガ akane スタジオ&オンライン 15:00~16:10	エアリアルヨガ ★ akane	エアリアルヨガ ★ akane			ルーキーレッスン ヨガ JOT養成コース卒業生 (30)	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 (27) T.noriko スタジオ&オンライン 17:00~18:10			エアリアルヨガ ★ akane 17:30~18:40		
エアリアル ★ mayumi (4)	ベーシック ピラティス mayumi (11・25) 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 akane (1・15・29) スタジオ &オンライン	エアリアル ★ akane (8・22)	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 ご利用いただけない枠 となります。
ベーシック ピラティス mayumi (4) スタジオ &オンライン	エアリアル ★★ mayumi (11・25)	リフレッシュヨガ K.noriko スタジオ&オンライン			エアリアル ★ akane (1・15・29)	リラックスヨガ akane (8・22) スタジオ &オンライン	
18:20~19:30	18:20~19:30	19:00~20:10			18:20~19:30		
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。