

【6月スタジオスケジュール】

次月スケジュールアップは**第3火曜日**の**21:30**です！

キャンセルは**前日17時**まではWEBからもできます！
それ以降は**必ずお電話にてキャンセル**をお願い致します！

月	火	水	金	土	日
		1	3	4	5
<p>◎重要なお知らせ◎ DAIKI先生、TOSHI先生のクラスのご予約・ご受講の回数にご注意ください！！</p> <p>■DAIKI先生■(水曜) ・レギュラー会員様 4回・ウィークデー会員様 3回・4DAYS会員様 2回</p> <p>■TOSHI先生■(水曜、金曜) ・レギュラー会員様 6回・ウィークデー会員様 5回・4DAYS会員様 4回</p>		<p>骨盤ウェーブリングストレッチ 9:00 10:00 HIROKA</p> <p>★★マットピラティス 10:15 11:15 DAIKI</p> <p>★★フローピラティス 11:30 12:30 DAIKI</p> <p>アシュタンガヨガビギナー 13:00 14:15 TOSHI</p> <p>リラクソスヨガ 14:30 15:45 YOKO.T</p> <p>ヨギックアーツビギナー 20:00 21:15 YOSHI</p>	<p>★★ハタヨガ 10:00 11:15 TOSHI</p> <p>★★ハタヨガ 11:45 13:00 SATSUKI</p> <p>やさしいヨガ 13:15 14:30 MIKI.N</p> <p>マットピラティス 14:45 15:45 YURI</p> <p>バランスボール&ピラティス 18:00 19:00 MEGUMI</p> <p>アロマキャンドルヨガ 20:00 21:15 YOKO</p>	<p>モーニング陰陽(インヤン)ヨガ 7:00 8:15 RYOKO</p> <p>ハタヨガ 9:30 10:45 SATSUKI</p> <p>カポエイラ 11:00 12:00 MACUMBA</p> <p>ベリーダンス 13:30 14:30 ORIE</p> <p>マットピラティス 14:45 15:45 YUKINO</p> <p>アシュタンガヨガ 16:00 17:15 YOKO.T</p> <p>リラクソスヨガ 17:30 18:45 YOKO</p>	<p>モーニングフローヨガ 7:00 8:15 YOKO.T</p> <p>アシュタンガヨガ 9:30 10:45 YOKO.T</p> <p>フラ 11:00 12:00 YAKO</p> <p>ヨギックアーツビギナー 13:00 14:15 YOSHI</p> <p>はじめてのヨガ 14:30 15:45 YOSHI</p> <p>バランスボール&ピラティス 16:15 17:00 MEGUMI</p>
		<p>☆Nadi PARTY☆ 18:30~22:00</p>			
6	7	8	10	11	12
<p>ビューティーコンディショニング 9:45 11:00 KUNIKO</p> <p>ピラティスストレッチ 11:30 12:30 YUKINO</p> <p>ビューティーベルヴィス 13:00 14:15 YURI</p> <p>陰ヨガ 14:30 15:45 RYOKO</p> <p>姿勢コンディショニング 18:30 19:15 SATORU</p> <p>骨盤ウェーブリングストレッチ 19:30 20:30 HIROKA</p>	<p>ハタヨガ 9:00 10:15 NATSUKI</p> <p>ジャイロキネシス 10:30 11:45 ARISA</p> <p>クリパルヨガ 13:00 14:15 CHIE</p> <p>ジヴァムクティヨガ 14:30 15:45 RYOKO</p> <p>マットピラティス 18:15 19:15 MIKI.I</p> <p>アシュタンガヨガ 19:30 20:45 YUMI</p>	<p>ベルヴィスストレッチ 9:00 10:00 HIROKA</p> <p>★★マットピラティス 10:15 11:15 DAIKI</p> <p>★★フローピラティス 11:30 12:30 DAIKI</p> <p>アシュタンガヨガビギナー 13:00 14:15 TOSHI</p> <p>リラクソスヨガ 14:30 15:45 YOKO.T</p> <p>イシュタヨガ 18:30 19:45 YOKO</p> <p>ヨギックアーツビギナー 20:00 21:15 YOSHI</p>	<p>★★ハタヨガ 10:00 11:15 TOSHI</p> <p>★★ハタヨガ 11:45 13:00 SATSUKI</p> <p>やさしいヨガ 13:15 14:30 MIKI.N</p> <p>マットピラティス 14:45 15:45 YURI</p> <p>バランスボール&ピラティス 18:00 19:00 MEGUMI</p> <p>アロマキャンドルヨガ 20:00 21:15 YOKO</p>	<p>★モーニング太極拳(TAI-CHI) 7:00 8:15 TOMI</p> <p>ハタヨガ 9:30 10:45 SATSUKI</p> <p>カポエイラ 11:00 12:00 MACUMBA</p> <p>ベリーダンス 13:30 14:30 ORIE</p> <p>バレエコンディショニング 14:45 15:45 MAKI</p> <p>アシュタンガヨガ 16:00 17:15 YOKO.T</p> <p>陰ヨガ 17:30 18:45 RYOKO</p>	<p>モーニングフローヨガ 7:00 8:15 YOSHI</p> <p>☆Nadi OPEN DAY 特別WS☆ 9:30~12:00 アシュタンガヨガフルプライマリー(YUMI) 13:00~15:00 FREESTYLE YOGA (David France) 16:00~18:00 Yogic Arts Cross Core Flow (Duncan Wong)</p>
13	14	15	17	18	19
<p>ビューティーコンディショニング 9:45 11:00 KUNIKO</p> <p>ピラティスストレッチ 11:30 12:30 YUKINO</p> <p>ビューティーベルヴィス 13:00 14:15 YURI</p> <p>陰ヨガ 14:30 15:45 RYOKO</p> <p>姿勢コンディショニング 18:30 19:15 SATORU</p> <p>太極拳(TAI-CHI) 19:30 20:45 TOMI</p>	<p>ハタヨガ 9:00 10:15 NATSUKI</p> <p>ジャイロキネシス 10:30 11:45 ARISA</p> <p>クリパルヨガ 13:00 14:15 CHIE</p> <p>ジヴァムクティヨガ 14:30 15:45 RYOKO</p> <p>★フラ 16:00 17:00 YAKO</p> <p>マットピラティス 18:15 19:15 MIKI.I</p> <p>アシュタンガヨガ 19:30 20:45 YUMI</p>	<p>ベルヴィスストレッチ 9:00 10:00 HIROKA</p> <p>★★マットピラティス 10:15 11:15 DAIKI</p> <p>★★フローピラティス 11:30 12:30 DAIKI</p> <p>アシュタンガヨガビギナー 13:00 14:15 TOSHI</p> <p>リラクソスヨガ 14:30 15:45 YOKO.T</p> <p>★はじめてのヨガ 16:00 17:15 YOSHI</p> <p>イシュタヨガ 18:30 19:45 YOKO</p> <p>ヨギックアーツ 20:00 21:15 YOSHI</p>	<p>★★ハタヨガ 10:00 11:15 TOSHI</p> <p>★★ハタヨガ 11:45 13:00 SATSUKI</p> <p>やさしいヨガ 13:15 14:30 MIKI.N</p> <p>マットピラティス 14:45 15:45 YURI</p> <p>バランスボール&ピラティス 18:00 19:00 MEGUMI</p> <p>アロマキャンドルヨガ 20:00 21:15 YOKO</p>	<p>モーニングジヴァムクティヨガ 7:00 8:15 RYOKO</p> <p>ハタヨガ 9:30 10:45 SATSUKI</p> <p>カポエイラ 11:00 12:00 MACUMBA</p> <p>ベリーダンス 13:30 14:30 ORIE</p> <p>マットピラティス 14:45 15:45 YUKINO</p> <p>アシュタンガヨガ 16:00 17:15 YOKO.T</p> <p>リラクソスヨガ 17:30 18:45 YOKO</p>	<p>★モーニング太極拳(TAI-CHI) 7:00 8:15 TOMI</p> <p>カンフー 9:30 10:45 TOMI</p> <p>フラ 11:00 12:00 YAKO</p> <p>ヴァイヤサヨガ 13:00 14:15 SANDRA</p> <p>ピラティスストレッチ 14:45 15:45 MEGUMI</p> <p>バランスボール&ピラティス 16:15 17:00 MEGUMI</p> <p>リラクソスストレッチヨガ 17:30 18:45 NATSUKI</p>
20	21	22	24	25	26
<p>ビューティーコンディショニング 9:45 11:00 KUNIKO</p> <p>ピラティスストレッチ 11:30 12:30 YUKINO</p> <p>ビューティーベルヴィス 13:00 14:15 YURI</p> <p>太極拳(TAI-CHI) 14:30 15:45 TOMI</p> <p>姿勢コンディショニング 18:30 19:15 SATORU</p> <p>動いてレストラティヴ 19:30 20:45 MARK</p>	<p>ハタヨガ 9:00 10:15 NATSUKI</p> <p>ジャイロキネシス 10:30 11:45 ARISA</p> <p>クリパルヨガ 13:00 14:15 CHIE</p> <p>スピリチュアルウオーリアー 14:30 15:30 RYOKO</p> <p>★はじめてのキルタン★ 15:45~17:45</p> <p>マットピラティス 18:15 19:15 MIKI.I</p> <p>アシュタンガヨガ 19:30 20:45 YUMI</p>	<p>ベルヴィスストレッチ 9:00 10:00 HIROKA</p> <p>★★マットピラティス 10:15 11:15 DAIKI</p> <p>★★フローピラティス 11:30 12:30 DAIKI</p> <p>アシュタンガヨガビギナー 13:00 14:15 TOSHI</p> <p>リラクソスヨガ 14:30 15:45 YOKO.T</p> <p>イシュタヨガ 18:30 19:45 YOKO</p> <p>ヨギックアーツビギナー 20:00 21:15 YOSHI</p>	<p>★★ハタヨガ 10:00 11:15 TOSHI</p> <p>★★ハタヨガ 11:45 13:00 SATSUKI</p> <p>やさしいヨガ 13:15 14:30 MIKI.N</p> <p>マットピラティス 14:45 15:45 YURI</p> <p>バランスボール&ピラティス 18:00 19:00 MEGUMI</p> <p>アロマキャンドルヨガ 20:00 21:15 YOKO</p>	<p>モーニングマットピラティス 7:00 8:00 YUKINO</p> <p>ハタヨガ 9:30 10:45 SATSUKI</p> <p>カポエイラ 11:00 12:00 MACUMBA</p> <p>ベリーダンス 13:30 14:30 ORIE</p> <p>バレエコンディショニング 14:45 15:45 MAKI</p> <p>アシュタンガヨガ 16:00 17:15 YUMIKO</p> <p>陰ヨガ 17:30 18:45 RYOKO</p>	<p>大徳寺 モーニングヨガ×坐禅 7:00 9:00 YUMIKO</p> <p>モーニングハタヨガ 7:00 8:15 TOSHI</p> <p>アシュタンガヨガ 9:30 10:45 YUMIKO</p> <p>フラ 11:00 12:00 YAKO</p> <p>ヨギックアーツビギナー 13:00 14:15 YOSHI</p> <p>★はじめてのピラティス 14:45 15:45 MEGUMI</p> <p>バランスボール&ピラティス 16:15 17:00 MEGUMI</p> <p>リラクソスストレッチヨガ 17:30 18:45 NATSUKI</p>
27	28	29	<p>◎スケジュールに関して◎ ★★(黒星2つ)の連続プログラムに関してはどちらか1レッスン選んでご予約下さい。 2レッスン同時のご予約はできません！</p> <p>★(黒星1つ)のプログラムは種別(ウィークデイ、ウィークエンド、ウィークエンドナイト)</p>		
<p>ビューティーコンディショニング 9:45 11:00 KUNIKO</p> <p>ピラティスストレッチ 11:30 12:30 YUKINO</p> <p>ビューティーベルヴィス 13:00 14:15 YURI</p> <p>陰ヨガ 14:30 15:45 RYOKO</p> <p>姿勢コンディショニング 18:30 19:15 SATORU</p> <p>動いてレストラティヴ 19:30 20:45 MARK</p>	<p>ハタヨガ 9:00 10:15 NATSUKI</p> <p>ジャイロキネシス 10:30 11:45 ARISA</p> <p>クリパルヨガ 13:00 14:15 CHIE</p> <p>ジヴァムクティヨガ 14:30 15:45 RYOKO</p> <p>★フラ 16:00 17:00 YAKO</p> <p>マットピラティス 18:15 19:15 MIKI.I</p> <p>アシュタンガヨガ 19:30 20:45 YUMI</p>	<p>ベルヴィスストレッチ 9:00 10:00 HIROKA</p> <p>★★マットピラティス 10:15 11:15 MIKI.I</p> <p>★★フローピラティス 11:30 12:30 MIKI.I</p> <p>アシュタンガヨガビギナー 13:00 14:15 TOSHI</p> <p>リラクソスヨガ 14:30 15:45 YOKO.T</p> <p>イシュタヨガ 18:30 19:45 YOKO</p> <p>ヨギックアーツビギナー 20:00 21:15 YOSHI</p>			
			<p>※レッスンの追加・変更に関しては赤字で表記してあります！ ご確認よろしくお願ひいたします※</p>		

【6月スタジオスケジュール】

★マークはイベントプログラムです！種別FREEで受講できます！
次月スケジュールアップは第3火曜日の21:30です！

キャンセルは前日17時まではWEBからもできます！
それ以降は必ずお電話にてキャンセルをお願い致します！

★(黒星1つ)は！種別FREE(どの種別の方もOK)受講いただけます！
★(白星1つ)は4DAYS会員様ノークアウントプログラムです！
(受講いただいても1回にカウントされない特別プログラム)

月	火	水	金	土	日
		1	3	4	5
		はじめてランニング 18:30 19:30 SATORU	ノルディックウォーキング 9:00 9:45 SHINJI 1dayトレイルランニングビギナー 9:00 17:00 NAOTAKA	★☆☆モーニングラン 7:30 8:30 NAOTAKA トレッキング 9:30 14:30 NAOTAKA	★☆☆モーニングラン 7:30 8:30 SATORU ロードバイク 9:00 12:00 VINCHAN
6	7	8	10	11	12
☆ホタルRUN 20:00 21:30 きむかつ	ノルディックウォーキング&ランチ 9:00 16:00 YOSH & HOSE モーニングランビギナー 10:30 11:30 TERU ☆ランニングショート 18:30 19:15 SATORU ☆ホタルRUN 19:30 21:00 SATORU	はじめてランニング 18:30 19:30 SATORU	ノルディックウォーキング 9:00 9:45 SHINJI トレランビギナー 9:00 14:00 NAOTAKA	★☆☆モーニングラン 7:30 8:30 AKIRA FUNライド 9:00 13:00 AKIRA 1dayトレッキング 9:30 17:30 YOSHI	★☆☆山さんぽと珈琲 7:30 8:30 MASA トレイルランニング 9:30 16:00 MASA ランニング(10km) 17:00 19:00 MASA
13	14	15	17	18	19
山さんぽと珈琲 9:00 10:00 MASA トレッキング 10:30 15:00 MASA ランニング(10km) 18:30 19:45 MASA きむかつストレングス&コンディショニングRUN 20:00 21:30 きむかつ	ノルディックウォーキング 10:30 11:45 TERU ☆ランニングショート 18:30 19:15 SATORU	ロードバイク 9:00 12:00 VINCHAN	ノルディックウォーキング 9:00 9:45 SHINJI トレランビギナー 9:00 14:00 NAOTAKA	★☆☆モーニングラン 7:30 8:30 きむかつ *超ビギナー向け初めのお山のランニング 10:00 11:30 きむかつ	★☆☆モーニングラン 7:30 8:30 NAOTAKA ロードバイク 9:00 12:00 VINCHAN トレイルランニング 9:30 14:30 NAOTAKA
20	21	22	24	25	26
パン屋さん巡りライド 14:00 16:00 SATORU	モーニングランビギナー 10:30 11:30 TERU 1dayトレッキング 9:00 17:00 DAISUKE	はじめてランニング 18:30 19:30 SATORU	ノルディックウォーキング 9:00 9:45 SHINJI トレランビギナー 9:00 14:00 NAOTAKA	★☆☆モーニングラン 7:30 8:30 AKIRA FUNライド 9:00 13:00 AKIRA	★☆☆山さんぽと珈琲 7:30 8:30 MASA トレッキング 9:30 15:00 MASA カフェラン 15:00 18:00 SATORU ランニングロング 17:30 19:00 MASA
				★Kyoto Woods HANASE Project★ 8:00~18:00 トレッキング トレイルランニングショート & トレイルランニングロング	
27	28	29			
山さんぽと珈琲 9:00 10:00 MASA トレッキング 10:30 15:00 MASA ランニング(10km) 18:30 19:45 MASA きむかつストレングス&コンディショニングRUN 20:00 21:30 きむかつ	ノルディックウォーキング 10:30 11:45 TERU トレッキング 9:00 14:00 DAISUKE	ロードバイク 9:00 12:00 VINCHAN はじめてランニング 18:30 19:30 SATORU			※レッスンの追加・変更に関しては赤字 で表記してあります！ ご確認よろしくお願いたします※