

	月	火	水	木	金	土	日
10:00							
10:30							
11:00	ハタ リフレッシュヨガ Beaura Style 10:45~11:45 馬場真澄	ヘルヴ イストレッチ 〔骨盤調整〕 10:30~11:30 M I C O	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 10:45~11:45 根津麻希子	ハタ リフレッシュヨガ Beaura Style 10:30~11:30 沖田裕子	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 10:45~11:45 新井紀子	ハタ リフレッシュヨガ Beaura Style 11:00~12:00 ワカバ	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 11:00~12:00
11:30							
12:00							【11月全日開講】 講師は下段ご案内 をご確認ください。
12:30							
13:00	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 12:45~13:45 中西郁代	ハタ ヴィンヤサヨガ Fit Style Basic 12:30~13:30 赤沼直美	ヘルヴ イストレッチ 〔骨盤調整〕 12:45~13:45 井出淳子	マニティヨガ 12:15~13:45 沖田裕子	ハタ リフレッシュヨガ Beaura Style 12:30~13:30 澤田麻未	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 13:00~14:00 吉橋扶実子	アシュタンガ-ヨガ ハーフ ライマリ+ 12:30~14:00 フミエ
13:30		クラス変更					
14:00							
14:30		ハタ ヴィンヤサヨガ II Beaura Style 14:15~15:15 岡幸代					
15:00	アシュタンガ-ヨガ ハーフ ライマリ 14:30~16:00 つぐみ		バレエ 基礎 14:45~16:15 中野英子	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 14:30~15:30 小野寺紀恵	ハタ ヴィンヤサヨガ II Beaura Style 14:30~15:30 吉橋扶実子	バレエ 初級 14:45~16:15 中野英子	ハタ ヴィンヤサヨガ II Beaura Style 14:45~15:45 岡幸代
15:30							
16:00							
16:30	【 レンタルスタジオ 】 団体・個人指導や撮影スタジオなど、レンタルスタジオとしての活用のご相談承ります。 詳しくはお問い合わせください。 利用料金：1時間 5,000円～						
17:00							ハタ リフレッシュヨガ Beaura Style 岡幸代 16:30~17:30
17:30						ヨガスクール イベントレッスン 〔不定期開催〕 <small>※詳細は館内、ホームページの ご案内をご確認ください。</small>	
18:00							
18:30							
19:00	ハタ リフレッシュヨガ Beaura Style 19:00~20:00 赤沼直美	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 18:45~19:45 澤田麻未	ヘルヴ イストレッチ 〔骨盤調整〕 18:45~19:45 M I C O	アシュタンガ-ヨガ ハーフ ライマリ 18:45~20:15 もも	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 18:45~19:45 岡幸代	Studio Beaura Daikanyama 03-5459-5751	
19:30							
20:00							
20:30	ハタ ヴィンヤサヨガ II Beaura Style 20:30~21:30 赤沼直美	アシュタンガ-ヨガ ハーフ ライマリ 20:15~21:45 あや	クリパル ヨガ 20:15~21:30 小澤登	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 20:45~21:45 宗宮宏次	ハタ ヴィンヤサヨガ Fit Style 20:15~21:30 赤沼直美	【営業時間】 平日 10:00~22:00 土日祝 10:00~18:00 定休 毎月20日	
21:00							
21:30							
22:00							

- ①お電話で予約(登録会員様、登録されていないお客様)
営業時間中、お電話にてご予約を承ります。
- ②ホームページから予約(登録会員様のみ)
TOP画面より、ご登録時の会員番号(下5桁)とパスワードでログインの上、ご予約ください。
- ③携帯電話よりご予約(登録会員様のみ)
QRコードから携帯電話専用予約サイトにアクセスいただき、ご登録時の会員番号(下5桁)と

【日曜午前レッスン講師のご案内】

日時	クラス	担当
11/6(日)	11:00~12:00	ハタ ヴィンヤサヨガ I 増田加代子
11/13(日)	11:00~12:00	ハタ ヴィンヤサヨガ I ワカバ
11/27(日)	11:00~12:00	ハタ ヴィンヤサヨガ I 伊藤真紀子

※11/3(木)、11/23(水)は、祝日特別スケジュールです。
※11/20(日)は休まず営業いたします。スケジュールは、祝日特別スケジュールをご覧ください。



QRコード