

2025		8 月				
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
27	28	29	30	31	01	02
【会員限定】：会員さま限定。体験レッスンのご利用不可 【TRIAL】：新人講師のクラス※お支払い方法が選択できます。 【SPECIAL】：特別クラス※通常クラスとして受講し頂け鶴場合と別途費用が発生するクラスがありますので、ご予約の際に都度確認をお願いします。29日と30日は通常クラスとして受講して頂けます。 【アーユルヴェーダオイルトリートメント】：レッスンではなく施術になります。 ♪：妊婦さんの参加OKクラス(但し、クラスによっては経験者のみの可能的場合があります。予めご了承ください。)			【ご予約】直前まで可能※WSなどは前日締め切りの場合があります。 【キャンセル】2時間前(7時・8時半・パーソナルは前日まで) キャンセル時間を過ぎた場合のキャンセルが2回連続した場合は：ペナルティ1,000円・体験・パーソナル1回消化 ※必ずご連絡ください。 【各種お手続き※会員さま】グレードダウンする場合：前月15日までに店頭にご来店ください。 (お電話・LINE・メール・DM等でお手続きしていません。必ず店頭でお届出書にサインをご記入ください。) 【ご入会のお手続き】レッスン開始前後25分の間に対応。		10:00 ★★柔軟性を高めるヨガ_CHIHIRO 19:15 ★おやすみ前のほぐしてストレッチヨガ_MAIKA(アロマ) 20:30 ★★アライメントヨガ_MAIKA	10:00 ★★Hathayoga_KATSUKI ♪ 11:30 ★やさしいフローヨガ&リストラティブヨガ(75分)_KATSUKI ♪ 17:00 ★★柔軟性を高めるヨガ_CHIHIRO
03	04	05	06	07	08	09
7:00 ★メディテーション(50分)_YUMI ♪ 8:30 ★～★★やさしいヨガ～with A-YOGA～_YUMI ♪ 9:45【SPECIAL】★★アナトミック骨盤調整ヨガ(75分)_SHINTANI ※開始時間ご注意ください 11:20～17:50 RYT200	8:30 ★～★★やさしいヨガ～with A-YOGA～_YUMI ♪ 10:00 ★★アライメントヨガ_みーこ 13:00 ★ゆるめるヨガ_TAKAYO ♪ 18:30 ★陰ヨガ_YUMI ♪ 20:00 ★★ウーマンライフヨガ_AYA ♪※ウーマンと表示していますが男性もご参加頂けます	10:00 ★ピラティスで本来の身体に戻そう！_YAYOI 18：30 ★★身体の基本それはピラティスで_KANA 20：00 ★アロマヨガ～with A-YOGA_KANA	8:30 ★～★★やさしいフローヨガ_YUMI ♪ 10:00【NEW】★～★★ヤムナボールポディローリングを楽しもう！上下_Yamnaプラクティション-TOMOKO ♪ 18:30 ★リストラティブヨガ_MIYAKO ♪ 20:00 ★★ハタヨガフロー_MIYAKO	10:00 ★★シェイプアップヨガ_MIYAKO 13:00 ★やさしいヨガ_MIYAKO ♪ 19:15 ★★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 20:30 ★アロマでリラックスヨガ_AYA	10:00 ★～★★自癒術_CHIHIRO ♪ ※琵琶湖花火大会をお楽しみください※ 17:00 ★★ピラティスで_KANA	10:00 ★★Hathayoga_KATSUKI ♪ (体験・無料開放レッスン) 11:30 ★★身体の基本それはピラティスで_KANA 17:00 ★★ピラティスで_CHIHIRO
10	11	12	13	14	15	16
7:00 ★★太陽礼拝(50分)_AYA ♪ 8:30 ★～★★モーニングヨガ_AYA ♪ 10:00 ★★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 11:20～17:50 RYT200	8:30 ★～★★やさしいヨガ～with A-YOGA～_YUMI ♪ 10:00 ★★アライメントヨガ_みーこ 11:30 ★リラックスヨガ_AYA ♪ 13:00～17:00 【WS】アーユルヴェーダで自分の体質を知ろう！～日々の生活をより快適に過ごす基本の方法～_MAMI	10:00 ★ピラティスで本来の身体に戻そう！_YAYOI 18：30 ★★身体の基本それはピラティスで_KANA 20：00 ★★骨格調整ヨガ～with A-YOGA_KANA	8:30 ★～★★モーニングヨガ_AYA ♪ 10:00 ★★ウーマンライフヨガ_AYA ♪※ウーマンと表示していますが男性もご参加頂けます 18:30 ★～★★ジヴァムクティヨガ_MIYAKO 20:00 ★リストラティブヨガ_MIYAKO ♪	8:30 ★～★★やさしいフローヨガ_YUMI ♪ 10:00 ★★～★★ジヴァムクティヨガ_MIYAKO 13:00 ★やさしいヨガ_MIYAKO ♪ 19:15 ★★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 20:30 ★アロマでリラックスヨガ_AYA	8:30 ★～★★朝のほぐしてストレッチヨガ(アロマ)_MAIKA 10:00 ★★柔軟性を高めるヨガ_CHIHIRO 17:00 ★★柔軟性を高めるヨガ_CHIHIRO	10:00 ★★Hathayoga_KATSUKI ♪ 11:30 ★やさしいフローヨガ&リストラティブヨガ(75分)_KATSUKI ♪ 17:00 ★～★★自癒術_CHIHIRO ♪
17	18	19	20	21	22	23
7:00 メディテーション(50分)_YUMI ♪ 8:30 ★★Hathayoga～with A-YOGA～_YUMI ♪ 9:45【SPECIAL】★★ダウンドッグを深めよう！～上下総集編～(75分)_TAKASHI ※開始時間ご注意ください。 11:20～17:50 RYT200	8:30 ★～★★やさしいヨガ～with A-YOGA～_YUMI ♪ 10:00 ★★ハタヨガフロー_TAKAYO ♪ 13:00 ★ゆるめるヨガ_TAKAYO 18:30 ★ヨガニドラ_YUMI ♪ 20:00 ★★ウーマンライフヨガ_AYA ♪※ウーマンと表示していますが男性もご参加頂けます	10:00 ★ピラティスで本来の身体に戻そう！_YAYOI 18：30【会員限定】★★★体幹を鍛えるピラティス_KANA 20：00 ★アロマヨガ～with A-YOGA_KANA	8:30 ★～★★やさしいフローヨガ_YUMI ♪ 10:00 ★★ハタヨガフロー_AYA ♪ 13:00 ★リラックスヨガ_AYA ♪ 18:30 ★～★★ジヴァムクティヨガ_MIYAKO 20:00 ★リストラティブヨガ_MIYAKO ♪	10:00 ★★KA・RA・DAシェイプ_MIYAKO 13:00 ★やさしいヨガ_MIYAKO ♪ 19:15 ★★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 20:30 ★アロマでリラックスヨガ_AYA	10:00 ★★ピラティスで_CHIHIRO 19:15 ★★アライメントヨガ_MAIKA 20:30 ★おやすみ前のほぐしてストレッチヨガ(アロマ)_MAIKA 17:00 ★～★★自癒術_CHIHIRO ♪	10:00 ★★Hathayoga_KATSUKI ♪ 11:30 ★★身体の基本それはピラティスで_KANA 17:00 ★～★★自癒術_CHIHIRO ♪
24	25	26	27	28	29	30
7:00 ★★朝活ヨガ(50分)_MAIKA 8:30 ★～★★朝のほぐしてストレッチヨガ_MAIKA 9:45 ★～★★★アライメントヨガ(75分)_SHIZUKA ※開始時間ご注意ください。 11:20～17:50 RYT200	8:30 ★～★★やさしいヨガ～with A-YOGA～_YUMI ♪ 10:00 ★★アライメントヨガ_みーこ 13:00 ★やさしいウーマンライフヨガ_TAKAYO ♪※ウーマンと表示していますが男性もご参加頂けます 18:30 ★アロマでリラックスヨガ_YUMI (体験・無料開放レッスン) 20:00 ★★ハタヨガフロー_AYA	10:00 ★★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 18：30 ★ピラティスで本来の身体に戻そう_KANA ♪ 20：00【会員限定】★★★集中力を高めるアクティブアロマヨガ～with A-YOGA～_KANA	8:30 ★～★★やさしいフローヨガ_YUMI ♪ 10:00 ★★ウーマンライフヨガ_AYA ♪※ウーマンと表示していますが男性もご参加頂けます 13:00 ★やさしいヨガ_AYA ♪ 18:30 ★リストラティブヨガ_MIYAKO ♪ 20:00 ★★シェイプアップヨガ_MIYAKO	10:00 ★★ハタヨガフロー_MIYAKO 13:00 ★リストラティブヨガ_MIYAKO ♪ 19:15 ★★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 20:30【TRIAL】★～★★やさしいハタヨガ_MAYUMI	10:00 ★★柔軟性を高めるヨガ_CHIHIRO 19:15 ★★アライメントヨガ_MAIKA 20:30 ★おやすみ前のほぐしてストレッチヨガ(アロマ)_MAIKA	10:00 ★★Hathayoga_KATSUKI ♪ ★～★★ヤムナボールローリングを楽しもう！ 11:30 下半身(60分) 12:45 上半身(60分) _Yamnaプラクティション-TOMOKO ♪ 17:00 ★★柔軟性を高めるヨガ_CHIHIRO
31	7:00 ★メディテーション(50分)_YUMI ♪ 8:30 ★～★★やさしいヨガ～with A-YOGA～_YUMI ♪ 10:00 ★★シェイプアップヨガ(プチエアロ)_AKINA 11:20～17:50 RYT200					