

5月スタジオ&ライブ配信スケジュール

5月	月		火		金		土		日	
	1		2		5		6		7	
時間	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信
① 9:30~	Sachiko	LIVE(S)	Hiromi		Chiharu	LIVE(S)	Ai		Masako	LIVE(S)
	×		11:15~(30分) LIVE(S) リフレッシュYOGA Kaoru☆		×		×		×	
② 11:30~	Ai		Hiromi		Chiharu		Ai		Masako	
③ 13:30~	Ai		Yuki	LIVE(S)	13:15~(30分) LIVE(S) レジスタンストレーニング Kaoru☆		Chiharu	LIVE(S)	Kaori	LIVE(S)
④ 15:30~	Kiyomi		Yuki		14:15~(30分) LIVE(S) フロー-YOGA Masako		Chiharu		Kaori	
⑤ 17:30~	Kiyomi		Chiharu		Tsuneko		17:15~(30分) LIVE(S) レジスタンスYOGA Masako		17:15~(30分) LIVE(S) フロー-YOGA Masako	
⑥ 19:00~	Masako	LIVE(S)	Chiharu	LIVE(S)	Tsuneko	LIVE(S)				

5月	月		火		金		土		日	
	8		9		12		13		14	
時間	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信
① 9:30~	Sachiko	LIVE(S)	Tsuneko	LIVE(S)	Chiharu	LIVE(S)	Yukari	LIVE(S)	Masako	LIVE(S)
	×		11:15~(30分) LIVE(S) レジスタンストレーニング Kaoru☆		×		×		×	
② 11:30~	Ai		Tsuneko		Chiharu		Yukari		Masako	
③ 13:30~	Ai		Yuki	LIVE(S)	13:15~(30分) LIVE(S) リフレッシュYOGA Kaoru☆		Chiharu	LIVE(S)	Fumi	LIVE(S)
④ 15:30~	Kiyomi		Yuki		14:15~(30分) LIVE(S) フロー-YOGA Masako		Chiharu		Fumi	
⑤ 17:30~	Kiyomi		Chiharu		Kiyomi		17:15~(30分) LIVE(S) レジスタンスYOGA Masako		17:15~(30分) LIVE(S) フロー-YOGA Masako	
⑥ 19:00~	Masako	LIVE(S)	Chiharu	LIVE(S)	Tsuneko	LIVE(S)				

5月	月		火		金		土		日	
	15		16		19		20		21	
時間	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信
① 9:30~	Sachiko	LIVE(S)	Hiromi		Chiharu	LIVE(S)	Yukari	LIVE(S)	Masako	LIVE(S)
	×		11:15~(30分) LIVE(S) リフレッシュYOGA Kaoru☆		×		×		×	
② 11:30~	Ai		Hiromi		Chiharu		Yukari		Masako	
③ 13:30~	Ai		Yuki	LIVE(S)	13:15~(30分) LIVE(S) レジスタンストレーニング Kaoru☆		Chiharu	LIVE(S)	Kaori	LIVE(S)
④ 15:30~	Kiyomi		Yuki		14:15~(30分) LIVE(S) フロー-YOGA Masako		Chiharu		Kaori	
⑤ 17:30~	Kiyomi		Chiharu		Kiyomi		17:15~(30分) LIVE(S) レジスタンスYOGA Masako		17:15~(30分) LIVE(S) フロー-YOGA Masako	
⑥ 19:00~	Masako	LIVE(S)	Chiharu	LIVE(S)	Tsuneko	LIVE(S)				

5月	月		火		金		土		日	
	22		23		26		27		28	
時間	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信
① 9:30~	Sachiko	LIVE(S)	Hiromi		Chiharu	LIVE(S)	Ai		Masako	LIVE(S)
	×		11:15~(30分) LIVE(S) レジスタンストレーニング Kaoru☆		×		×		×	
② 11:30~	Ai		Hiromi		Chiharu		Ai		Masako	
③ 13:30~	Ai		Yuki	LIVE(S)	×		Chiharu	LIVE(S)	Fumi	LIVE(S)
④ 15:30~	Kiyomi		Yuki		14:15~(30分) LIVE(S) フロー-YOGA Masako		Chiharu		Fumi	
⑤ 17:30~	Kiyomi		Chiharu		Kiyomi		17:15~(30分) LIVE(S) レジスタンスYOGA Masako		17:15~(30分) LIVE(S) フロー-YOGA Masako	
⑥ 19:00~	Masako	LIVE(S)	Chiharu	LIVE(S)	Tsuneko	LIVE(S)				

5月	月		火		金	
	29		30			
時間	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信
① 9:30~	休館		休館			
② 11:30~						
③ 13:30~						
④ 15:30~						
⑤ 17:30~						
⑥ 19:00~						

**特別企画！！**

**KAORI先生による木曜LIVEレッスン**

リラックスヨガ(45分)  
※シャヴァーサナはありません

- 5/11(木) 13:00~
- 5/25(木) 13:00~



●レッスンスケジュールが不規則になっております。固定枠の日にレッスンが開催されているか確認の上、ご来店ください。

●固定枠が休講になり4回保証日の確定ができていないお客様は、固定枠の変更または4回分のご予約を優先的に取りたいので、スタッフまでお申し付けください。メールでのご連絡にも対応させていただきます。

●固定枠キャンセルのご連絡は以下のメールかLINEでお受けいたします<< メール [apureyoga@gmail.com](mailto:apureyoga@gmail.com) >>