

6月	国際ヨガDAY Week LIVEレッスン				金		土		日					
時間	 6/16(金)13:15~ レジスタンストレーニング 6/23(金)13:15~ リフレッシュYOGA 6/27(火)11:15~ レジスタンストレーニング ※国際ヨガDAY Weekイベントのため、 会員様以外の方も多数参加されます。				2		3		4					
① 9:30~					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
					Chiharu	LIVE(S)	Ai		Chiharu	LIVE(S)	Masako	LIVE(S)		
② 11:30~					x		x		x		x		x	
③ 13:30~					Chiharu		Ai		Chiharu	LIVE(S)	Masako		Chiharu	LIVE(S)
④ 15:30~					13:15~(30分) LIVE レジスタンストレーニング Kaoru☆		Chiharu		Chiharu	LIVE(S)	Kaori		Chiharu	LIVE(S)
⑤ 17:30~					14:15~(30分) LIVE(S) フローYOGA Masako		Chiharu		Chiharu		Kaori		Chiharu	
⑥ 19:00~	Kiyomi		17:15~(30分) LIVE(S) レジスタンスYOGA Masako		Kiyomi		17:15~(30分) LIVE(S) レジスタンスYOGA Masako		Tsuneko	LIVE(S)				

6月	月		火		金		土		日	
時間	5		6		9		10		11	
① 9:30~	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
	Sachiko	LIVE(S)	Hiromi		Chiharu	LIVE(S)	Yukari	LIVE(S)	Masako	LIVE(S)
② 11:30~	x		13:15~(30分) LIVE リフレッシュYOGA Kaoru☆		x		x		x	
③ 13:30~	Ai		Hiromi		Chiharu		Yukari		Masako	
④ 15:30~	Ai		Yuki	LIVE(S)	13:15~(30分) LIVE リフレッシュYOGA Kaoru☆		Chiharu	LIVE(S)	Fumi	LIVE(S)
⑤ 17:30~	Kiyomi		Yuki		14:15~(30分) LIVE(S) フローYOGA Masako		Chiharu		Fumi	
⑥ 19:00~	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月	月		火		金		土		日	
時間	12		13		16		17		18	
① 9:30~	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
	Sachiko	LIVE(S)	Tsuneko	LIVE(S)	Chiharu	LIVE(S)	Yukari	LIVE(S)	Masako	LIVE(S)
② 11:30~	x		11:15~(30分) LIVE レジスタンストレーニング Kaoru☆		x		x		x	
③ 13:30~	Ai		Tsuneko		Chiharu		Yukari		Masako	
④ 15:30~	Ai		Yuki	LIVE(S)	13:15~(30分) LIVE レジスタンストレーニング Kaoru☆		Chiharu	LIVE(S)	Kaori	LIVE(S)
⑤ 17:30~	Kiyomi		Yuki		14:15~(30分) LIVE(S) フローYOGA Masako		Chiharu		Kaori	
⑥ 19:00~	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月	月		火		金		土		日	
時間	19		20		23 ※月末レッスン		24 ※月末レッスン		25 ※月末レッスン	
① 9:30~	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
	Sachiko	LIVE(S)	Hiromi		Chiharu	LIVE(S)	Ai		Masako	LIVE(S)
② 11:30~	x		x		x		x		x	
③ 13:30~	Ai		Hiromi		Chiharu		Ai		Masako	
④ 15:30~	Ai		Yuki	LIVE(S)	13:15~(30分) LIVE リフレッシュYOGA Kaoru☆		Chiharu	LIVE(S)	Fumi	LIVE(S)
⑤ 17:30~	Kiyomi		Yuki		14:15~(30分) LIVE(S) フローYOGA Masako		Chiharu		Fumi	
⑥ 19:00~	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月	月		火		金	
時間	26 ※月末レッスン		27 ※月末レッスン		30	
① 9:30~	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信	スタジオ	LIVE配信
	Sachiko	LIVE(S)	Hiromi		休館	
② 11:30~	x		11:15~(30分) LIVE レジスタンストレーニングKaoru☆			
③ 13:30~	Ai		Hiromi			
④ 15:30~	Ai		Yuki	LIVE(S)		
⑤ 17:30~	Kiyomi		Yuki			
⑥ 19:00~	Kiyomi		Chiharu			
	Masako	LIVE(S)	Chiharu	LIVE(S)		

**インスタライブ配信のお知らせ**

上半身 肩こり 肩甲骨 アプローチYOGA



**KAORI**

6/4(日) 14:50~15:05  
6/18(日) 14:50~15:05



- 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ご確認の上、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お取りいたしますので、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) >>