



# 2025 オンラインクラススケジュール

# 3月

日	月	火	水	木	金	土
<p>《 オンラインクラス料金 》            * スタジオ会員…無料 (スタジオ回数に関係なく何回でも入れます。)            * オンライン会員…4800円(税込み)(月額)  <b>お友達ご紹介で初月のみ半額の2400円!!</b>  <b>ご予約は、ホームページ、予約サイトから♪</b></p>						1 11:00~12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※録画配信
2	3	4	5	6	7	8
11:00~12:00 陰ヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※録画配信	11:00~11:20 やさしい トレーニング (SAKURA) ※録画配信	14:00~15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信		11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信
	19:30~20:30 ストレッチ & リラックスヨガ (jun) ※スタジオ生配信			20:45~21:45 ゆっくりリナイトヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信		
9	10	11	12	13	14	15
11:00~12:00 ゆっくりリナイトヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※スタジオ生配信	11:00~11:20 やさしい トレーニング (SAKURA) ※録画配信	14:00~15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信		11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※録画配信
	19:30~20:30 ストレッチ & リラックスヨガ (jun) ※スタジオ生配信	(再配信)		20:45~21:45 陰ヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信		
16	17	18	19	20	21	22
11:00~12:00 陰ヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※録画配信	11:00~11:20 やさしい トレーニング (SAKURA) ※録画配信	14:00~15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信		11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信
	19:30~20:30 ストレッチ & リラックスヨガ (jun) ※録画配信	(再配信)				
23	24	25	26	27	28	29
	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※スタジオ生配信	11:00~11:20 やさしい トレーニング (SAKURA) ※録画配信	14:00~15:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信		11:00~12:00 ベーシックヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 ストレッチ & リラックスヨガ (YUKARI) ※録画配信
	19:30~20:30 ストレッチ & リラックスヨガ (jun) ※録画配信	(再配信)		20:45~21:45 陰ヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信		
30	31	<p>《 ●スタジオ生配信 》            スタジオクラス・オンタイムクラスを同時生配信！            * 都合により急遽おやすみや録画配信になる場合があります。その場合はメールにてお知らせいたします。            《 ●録画配信 》            以前のクラスの録画を配信します。開始時間にメールが届くので、そのメールから参加してください。視聴期間は3日間。            ご都合の良い時に視聴できます。同じ録画が何度か配信される場合があります。</p>				
11:00~12:00 陰ヨガ (YUKARI) ※録画配信	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ (hiromi) ※録画配信					
	19:30~20:30 ストレッチ & リラックスヨガ (再) (jun) ※録画配信					