



2024 オンラインクラススケジュール

11月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|--|---|--|---|---|
| 《 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) お友達ご紹介で初月のみ半額の2400円!! ご予約は、ホームページ、予約サイトから♪ | | | | | 1 | 2 |
| | | | | | 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 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| | 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) (再) ※録画配信 | | | 20:45~21:45 ゆっくりナイトヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信 |  | |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 11:00~12:00 ゆっくりナイトヨガ (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 | | |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 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 | (再配信) |  | 20:45~21:45 ゆっくりナイトヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信 | | |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 11:00~12:00 ゆっくりナイトヨガ (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) ※録画配信 | (再配信) | | 20:45~21:45 陰ヨガ (YUKARI) ※スタジオ生配信 | |  |

《 ●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。