

ACME AERIAL STUDIO ³⁶4月 LESSON SCHEDULE

月 mon	10:00~22:00 <レンタル会員限定>セルフプラクティス		
火 tue	11:00 (75分) 【1・8・15・22日】 エアリアルヨガ All Level	13:00 (75分) 【1・8・22日】 エアリアルヨガ Level 1	19:30 (75分) 【1・8・15・22日】 アロマ エアリアルヨガ Level 1 ～肩こり解消～
		【15日】 特別クラス はじめての エアリアルヨガ	
水 wed	10:45 (75分) 【9・23日】 NEW エアリアルヨガ Level 1 ～柔軟強化～ /MAI	12:30 (75分) 【2・9・16・23日】 エアリアルヨガ All Level	レギュラークラス外にて プライベート・セミプライベート の各種オーダーレッスン/アロマ セラピー/養成講座等 お受けし ています お問い合わせください♪
	11:00 (75分) 【3・10・17・24日】 エアリアルヨガ Level 1	13:00 (75分) 【3・10・17・24日】 エアリアルヨガ All Level	スタジオ空き時間は セルフプラクティス可能です レンタル会員登録（無料）の上 ご利用頂けます♪
金 fri	10:00~22:00 <レンタル会員限定>セルフプラクティス		
土 sat	11:00 (75分) 【5・12・19・26日】 エアリアルヨガ All Level	13:15 (75分) 【5・12・19・26日】 ボディメンテナンスヨガ (フロア骨盤調整)	15:00 (75分) 【5・12・19・26日】 <会員限定> エアリアルヨガ Level 2
	11:00 (75分) 【6・20・27日】 <会員限定> エアリアルヨガ Level 3	13:30 (75分) 【6・20・27日】 エアリアルヨガ Level 1	16:00 (90分) 【6・20日】 アロマセラピー 低空エアリアル リストラティブ&リラックス
日 sun			

13日(日)特別スケジュール

<p>13 (日)</p>	<p>11:00(90分)</p> <p>特別 WS</p> <p>新春</p> <p>エアリアルヨガ特別ワークショップ!</p> <p>By アリーシャ</p>	<p>13:15(90分)</p> <p>特別 WS</p> <p>新春</p> <p>エアリアルヨガ特別ワークショップ!</p> <p>By アリーシャ</p>
-------------------	--	--



Alesya is back!

昨年みんなファンになっちゃった
ベラルーシの人気インストラクターア
リーシャが再来日!

モスクワとミンクスの国際エアリアル
ヨガアカデミー(MAVY)他、様々な高度な
トレーニングを修了し
健康的な「背中」「姿勢」「柔軟性」「強さ」
が高いレベルの生命エネルギー作りの鍵
となり、長寿に繋がると考える。

ヨーロッパスタイルのエアリアルヨガ
をお楽しみください♪

4月13日(日)

11:00-12:30 / 13:15-14:45 各定員5名

2本目のクラス終了後エアリアルサスペンションを体験頂けます♪

会員:5500(税込)/ピンクチケット+1650(税込) 非会員:6600(税込)



Alesya Bashun

私はインストラクター業をメインに、振付師、
教師としても活動し
ベラルーシの美しい自然を旅したり、自然のな
かでエアリアルヨガを楽しむプログラムの企
画・運営も行っています。

前はミドルポジションに設置した布とホイ
ールヨガの融合をお楽しみ頂きました。
今回はご参加メンバーに合わせて、どんなメ
ニューにしようかわくわくしています。

普段私はハンドル付きのエアリアルサスペ
ンションをメインに触っています。
皆様にも楽しんで頂きたく、1セットベラ
ルーシから持参しますので、是非遊んでみて
ください♪

前回お会いした方も、初めての方も、
参加してみたいと思って下さる全ての方を
オールレベルで歓迎してお待ちしています!