

ACME AERIAL STUDIO ³⁶ GW LESSON SCHEDULE

<p>27 土</p>	<p>11:00(45分) 特別クラス はじめての エアリアルヨガ</p>	<p>13:00(90分) 特別クラス ボディメンテナンスヨガ フロア骨盤フル調整!90分</p>	<p>15:30(75分) 会員限定特別クラス エアリアルヨガフロー Level 2</p>
<p>28 日</p>	<p>11:00(75分) エアリアルヨガ All Level</p>	<p>13:30(75分) 特別ワークショップ ホイールヨガ ヨンア</p>	<p>15:30(75分) エアリアルヨガ Level 1 ～肩こり解消～</p>
<p>29 祝月</p>	<p>11:00(75分) エアリアルヨガ Level 1</p>	<p>13:00(75分) 会員限定特別クラス エアリアルヨガ シークエンスリピート Level 3</p>	<p>15:00 脂肪燃焼 120!ズンバ (45分) Kyon☆ 16:00 脂肪燃焼 120!ピラティス (60分) Kyon☆</p>
<p>30火</p>	<p>10:00~22:00 <レンタル会員限定>セルフプラクティス</p>		
<p>1 水</p>	<p>11:00(75分) エアリアルヨガ All Level</p>	<p>13:00(45分) 特別クラス はじめての エアリアルヨガ</p>	
<p>2木</p>	<p>10:00~22:00 <レンタル会員限定>セルフプラクティス</p>		

ACME AERIAL STUDIO ³⁶ GW LESSON SCHEDULE

<p>3 祝金</p>	<p>11:00(75分)</p> <p>エアリアルヨガ All Level</p>	<p>14:00(90分)</p> <p>会員限定特別クラス エアリアルアート ベーシック</p>	<p>18:30(90分)</p> <p>エアリアルのための ボディコンディショニング 背骨調整&脇強化 水田穰二</p>
<p>4 土</p>	<p>11:00(45分)</p> <p>特別クラス はじめての エアリアルヨガ ～低空～</p>	<p>13:00(90分)</p> <p>会員特別クラス 低空エアリアル アクティブ</p>	<p>16:00(90分)</p> <p>低空エアリアル リストラティブ&リラックス</p>
<p>5 日</p>	<p>11:30(90分)</p> <p>特別ワークショップ 魔法のヨガ棒 コンディショニング SHINOBU</p>	<p>13:30(75分)</p> <p>特別ワークショップ エアリアルヨガ ベーシック SHINOBU</p>	
<p>6 祝月</p>	<p>11:00(180分)</p> <p>特別ワークショップ フィットセラピー「学ぶプチ講座」WS 春の心身に適した香り&ヨガを楽しみながら アロマの適切な選び方を知ろう!</p>		<p>15:00(90分)</p> <p>特別ワークショップ エアリアルシルク トリックチャレンジ All Level MAI</p>