

ACME AERIAL STUDIO 11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) 【11・18日】 エアリアルヨガ All Level | 13:00 (75分) 【11・18日】 エアリアルヨガ Level 1 | 19:30 (75分) 【11・18日】 アロマ エアリアルヨガ ナイトリリーフ |
| | | | |
| 水 wed | 10:45 (75分) 【5・19日】 エアリアルヨガ ～柔軟強化～ MAI | 12:30 (75分) 【5・12・19・26日】 エアリアルヨガ All Level | 20:00 (75分) 【5・26日】 エアリアルヨガ All Level |
| | | | |
| 木 thu | 11:00 (75分) 【6・13・20・27日】 エアリアルヨガ Level 1 | 13:00 (75分) 【6・13・20・27日】 エアリアルヨガ All Level | ・各種オーダーレッスン お問い合わせください。 ・レンタル会員様は 空き時間にて セルフプラクティス可能です。 |
| | | | |
| 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) 【1・8・15・22・29日】 エアリアルヨガ All Level | 13:15 (75分) 【8・15・22・29日】 ボディメンテナンスヨガ (フロア骨盤調整) | 15:00 (75分) 【8・15・29日】 <会員限定> エアリアルヨガ Level 2 |
| | | | |
| 日 sun | 11:00 (75分) 【16日】 <会員限定> エアリアルヨガ Level 3 | 13:30 (75分) 【16日】 エアリアルヨガ Level 1 | 16:00 (90分) 【2・16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 |
| | 【30日】 エアリアルヨガ グラウンディング | 【30日】 特別クラス エアリアルヨガフロー Level 1 | 【30日】 会員限定特別クラス エアリアルアート レベルアップ |

1日(土)～3日(祝月)特別スケジュール

| | | | |
|---------|---|---|---|
| 1 土 | 11:00 (75分) エアリアルヨガ All Level | 13:15 (75分) バリエーション特別クラス ボディメンテナンスヨガ 肩甲骨調整 | 15:00 (75分) 会員限定特別クラス エアリアルヨガフロー Level 2,3 |
| 2 日 | 11:00 (75分) エアリアルヨガ Level 1 | 13:30 (60分) 特別クラス エアリアルアート 入門 | 16:00 (90分) アロマテラピー 低空エアリアル リストラティブ&リラックス |
| 3 祝月 | 11:00 (90分) NEW! 特別クラス 低空エアリアル ストレッチ | 13:30 (45分) 特別クラス はじめての エアリアルヨガ | 15:00 (90分) 特別クラス エアリアルシルク MAI |

22日(土)～24日(祝月)特別スケジュール

| | | | |
|----------|---|---|--|
| 22 土 | 11:00 (75分) エアリアルヨガ All Level | 13:15 (75分) ボディメンテナンスヨガ (フロア骨盤調整) | 15:00 (75分) 会員限定特別クラス エアリアルヨガ 背骨調整 |
| 23 日 | 11:00 (75分) 特別クラス 経験者のための 初回体験クラス AKIMI | 13:00 (60分) エアリアルフープ 入門 AKARI | 15:00 (90分) 特別クラス コンシャスネスコントロールシリーズ ジャーナリング エアリアルヨガ “書く”瞑想 |
| 24 祝月 | 11:00 (90分) ダブルハンモック ストレッチ&トレーニング | 13:30 (90分) ダブルハンモック シークエンス&コレオ | 16:00 (90分) 低空エアリアル リストラティブ ディープリラクゼーション NAMIKO |

11月9日(日)スタジオ開放DAY!



9:00~15:00

会員様限定・予約不要・時間制限無し
ご利用料金：1000円(現金のみ)



普段のハンモックはもちろん、
シルク・フープなど様々なエアリアルアイテムを設置しています🌀
触ってみたかった！を見つけよう👉👈

TERMS OF USE

ご利用のルール

安全を最優先の上、ご自身の責任の元でご利用ください
アクセサリ・香水・タンクトップ等のご遠慮ください
譲り合ってください

飲み物OK・食べ物の持ち込み不可

スタジオ内での飲食(食べ物)は衛生管理上お断りしております。
ゼリー飲料などはOKです。ご自身のゴミはお持ち帰りをお願い致します。



こんにちは、MADOKAです。
ぜひご自身のお気に入りを探してみてください♪
皆様のご参加お待ちしております。

ACME AERIAL STUDIO 36