

【グループレッスン】 9月のスケジュール

ご予約 & 最新スケジュールはこちらから ➡



月	火	水	木	金	土	日
スタジオ公式ウェブサイト 	1 ★10:00～11:00 ステップAirBallet 麻琴 ★14:00～15:15 シニア Aerial Body Tune 麻琴 ★20:00～21:10 おかえりAerial ゆきこ	2 «プライベート枠» 10:00～18:30 ★20:00～21:00【女性限定】 Floating Bloom 麻琴	3 ★13:00～14:00 低空チェアフロー 麻琴 ★18:00～19:00 ベーシック 麻琴 ★20:00～21:10 Aerial Body Tune 麻琴	4 定休日	5 ▲10:00～11:00 AirBalance 麻琴 ★13:00～14:00 股関節しなやかEx. 麻琴 ★15:00～16:00 骨盤リカバリーストレッチ 麻琴	6 ★10:00～11:00 ベーシック 麻琴 ●13:00～14:00 骨盤コンディショニング 麻琴
	7 ●10:00～11:00 AirMorning 麻琴 ●13:00～14:00 ジョイフル 麻琴 ★16:00～17:00 夕暮れアロマAerial 麻琴	8 ●10:00～11:00 プレスリリースAerial 麻琴 ★14:00～15:15 シニア Aerial Body Tune 麻琴 ★20:00～21:10 おかえりAerial ゆきこ	9 «プライベート枠» 10:00～18:30 ★20:00～21:00【女性限定】 Floating Bloom 麻琴	10 ★13:00～14:00 ステップAirBalance 麻琴 ★18:00～19:00 ステップAirBallet 麻琴 ★20:00～21:10 Aerial Body Tune 麻琴	11 定休日	12 ▲10:00～11:00 AirDance 麻琴 ★13:00～14:00 ベーシック 麻琴 ★16:00～17:00 夕暮れアロマAerial 麻琴
14 ★10:00～11:00 ベーシック 麻琴 ★13:00～14:00 ステップAirBalance 麻琴 ●16:00～17:00 プレスリリースAerial 麻琴	15 ●10:00～11:00 AirMorning 麻琴 ★14:00～15:15 シニア Aerial Body Tune 麻琴 ★20:00～21:10 おかえりAerial ゆきこ	16 «プライベート枠» 10:00～18:30 ★20:00～21:00【女性限定】 Floating Bloom 麻琴	17 ★13:00～14:30 ととのいの瞑想リトリート ●18:00～19:00 ジョイフル 麻琴 ★20:00～21:10 Aerial Body Tune 麻琴	18 定休日	19 ★9:00～10:00 ベーシック 麻琴 ●11:00～12:00 Air Flow ベーシック ～ 空中で、動きをつなぐ ～ 麻琴 【13:00～17:00】 エアリアルヨガ講師養成講座	20 ●9:00～10:00 【赤色LED】AirMorning ～ 朝焼けの中で ～ 麻琴 ★11:00～12:00 ステップAirBallet 麻琴 【13:00～17:00】 エアリアルヨガ講師養成講座
21 ●9:00～10:00 骨盤コンディショニング 麻琴 ●11:00～12:00 胸椎モビリティ Aerial ～ 背骨に、動きの余白を ～ 麻琴 【13:00～17:00】 エアリアルヨガ講師養成講座	22 ●9:00～10:00 【アロマ】プレスリリース ～ 香りとともに、深呼吸 ～ 麻琴 ★11:00～12:00 首肩リリースストレッチ 麻琴 【13:00～17:00】 エアリアルヨガ講師養成講座	23 ●9:00～10:00 ジョイフル 麻琴 ●11:00～12:00 Air Reset 麻琴 ～ 空中で、全身をリセット ～ 【13:00～17:00】 エアリアルヨガ講師養成講座	24 ★13:00～14:00 首肩リリースストレッチ 麻琴 ●18:00～19:00 骨盤コンディショニング 麻琴 ★20:00～21:10 Aerial Body Tune 麻琴	25 定休日	26 ▲10:00～11:00 AirMotion 麻琴 ★13:00～14:00 股関節しなやかEx. 麻琴 ★15:00～16:00 骨盤リカバリーストレッチ 麻琴	27 ★10:00～11:00 ベーシック 麻琴 ●13:00～14:00 プレスリリースAerial 麻琴
28 ●10:00～11:00 AirMorning 麻琴 ★13:00～14:00 股関節しなやかEx. 麻琴 ★16:00～17:00 夕暮れアロマAerial 麻琴	29 ●10:00～11:00 ジョイフル 麻琴 ★14:00～15:15 シニア Aerial Body Tune 麻琴 ★20:00～21:10 おかえりAerial ゆきこ	30 «プライベート枠» 10:00～18:30 ★20:00～21:00【女性限定】 Floating Bloom 麻琴	■ =スタンダード・エアリアルプログラム ■ =エア・クリエイティブプログラム ■ =コンディショニング・エアリアルプログラム ■ =シニアプログラム（50歳以上の方限定） ■ =特別プログラム			★ = 初心者向け ● = オールレベル ▲ = 経験者対象 ■ = プライベート ■ = AERAS Air Days ■ = 講師養成講座

※レッスンスケジュールは状況により変更になる場合があります。予約フォームの情報が最新となります。