

Dan(暖)スタジオ12月

	12/24(月)		12/24(月)	
8:00	暖スタ		マグマ	8:15
		8:30	8:30～9:30 ビューティー デトックスヨガ aya ★★	8:30
9:00				9:00
10:00	10:15～11:30 空中ヨガ& ストレッチ Kayano ★★	10:00	10:00～11:00 美スト& トレーニング SHOSUKE ★★	10:00
11:00				11:00
12:00	12:00～13:15 空中ヨガ& メローフロー Keiko ★★	12:00	12:00～13:00 ビューティー シェイプ 中島史恵 ★★★	12:00
13:00				13:00
	13:45～15:00 美尻トレーニング emi ★★★	13:30	13:30～14:30 美骨盤調整ヨガ Keiko ★★	13:30
14:00				14:00
15:00				15:00
	15:30～16:45 空中ヨガ& 体幹トレーニング YUKA ★★	15:30	15:30～16:30 ビューティー 美脚ストレッチ Kayano ★★	15:30
16:00				16:00
17:00	17:00～18:15 空中ヨガ& 美脚美尻トレーニング megumi ★	17:00	17:00～18:00 ビューティー ダイエットヨガ aya ★★	17:00
18:00				18:00
	18:30～19:45 はじめての床バレエ Akira ★★	18:30	18:30～19:30 美骨盤調整ヨガ Yuni ★★	18:30
19:00				19:00
20:00	上記レッスンはバレエシューズか靴下を履いてレッスンを行います。			20:00
21:00				21:00
22:00				22:00

🎀 祝日特別スケジュール 🎀

12/24(月)は
祝日営業♥特別スケジュールとなっております。
皆様お間違えのないようお願い申し上げます。
avity代官山スタジオ スタッフ一同

◆ご予約開始日◆
毎月25日 (翌月1日～15日)
毎月10日 (当月16日～末日)



【avity代官山スタジオ(マグマ) 12月代行・休講】

代行日	時間	代行前カテゴリー	インストラクター		代行後カテゴリー	インストラクター
12/7	8:15	ビューティーバレエストレッチ	まりな	→	ビューティーヨガストレッチ	SAYURI
12/7	19:15	ラジャースタイルUPヨガ	YUCA	→	デトックスヨガ★★	miyon
12/20	20:30	ディープリラックス	yuki	→	ディープリラックスヨガ	YUCA
12/23	17:00	ディープリラックス	yuki	→	デトックスヨガ	miyon
12/28	19:15	ラジャースタイルUPヨガ	YUCA	→	デトックスヨガ★★	miyon
12/29	15:30	ビューティーダイエットヨガ	YUCA	→	ビューティーフロー★★	miyon
12/1	8:30	ビューティーデトックスヨガ	aya	→	ビューティーデトックスヨガ	miyon
12/10	8:15	ビューティーデトックスヨガ	aya	→	ビューティーデトックスヨガ	miyon
12/27	8:15	モーニングデトックスヨガ	aya	→	モーニングフロー★★	aya shimizu
12/28	9:30	ビューティーフローヨガ	aya	→	ビューティーストレッチ★	Kayano
12/16	8:30	ベーシックストレッチ	Lily	→	フロールーシー	Meg.
12/15	12:00	ビューティーダイエットヨガ★★	miyon	→	美尻トレーニング★★	emi
12/10	9:30	美スト&トレーニング★★	SHOSUKE	→	美スト&トレーニング★★	ザウルス
12/26	8:15	朝ヨガ	AKIKO	→	朝ヨガ	aya
12/8	17:00	美骨盤調整	yuni	→	デトックスヨガ	miyon