

1 (月)	2 (火)	3 (水)	4	5 (金)	6 (土)	7 (日)
9:30~10:30 ★★ ハタヨガ入門 YUUKO 14:00~15:00 ★★ やさしいフロー REIRI 19:00~20:00 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO	10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU	9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ REIRI 11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI 18:30~19:30 ★★ やさしいハタヨガ SEIKO 19:45~20:45 ★ 陰ヨガ SEIKO		10:00~11:00 ママヨガ HARU (別途チケット/お子様連れOK) 13:00~14:00 ★★ やさしいフロー HARU 19:00~20:00 ★★ ピラティス REIRI	9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ MIHO 11:00~12:00 ★★★ FRピラティス MIHO 12:30~13:30 ★★ デトックスヨガ MIHO	10:00~11:00 ★★ ピラティス KEI 11:30~12:30 ★★★ アクティブピラティス KEI
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11	12 (金)	13 (土)	14 (日)
9:30~10:30 ★★ ハタヨガ入門 YUUKO 14:00~15:00 ★ リラックスヨガ REIRI 19:00~20:00 ★★ やさしいフロー REIRI	10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU	9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ REIRI 11:00~12:00 ★★★ フローヨガ REIRI 18:30~19:30 ★★ やさしいハタヨガ SEIKO 19:45~20:45 ★ 陰ヨガ SEIKO		10:00~11:00 マタニティヨガ HARU (別途チケット/マタニティ限定) 13:00~14:00 ★★ やさしいフロー HARU 19:00~20:00 ★★ 夜ヨガ HARU	9:30~10:30 ★★ トラディショナルヨガ SEIKO 11:00~12:00 ★ 陰ヨガ SEIKO	10:00~11:00 ★★ ピラティス KEI 11:30~12:30 ★★★ アクティブピラティス KEI
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18	19 (金)	20 (土)	21 (日)
9:30~10:30 ★★ ハタヨガ入門 YUUKO 11:00~12:00 ★ ゆったり整えヨガ YUUKO 19:00~20:00 ★★ やさしいフロー REIRI	10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU	9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ REIRI 11:00~12:00 ★★ ピラティス REIRI 18:30~19:30 ★★ やさしいハタヨガ SEIKO 19:45~20:45 ★ 陰ヨガ SEIKO		10:00~11:00 ママヨガ HARU (別途チケット/お子様連れOK) 13:00~14:00 ★★ やさしいフロー HARU 19:00~20:00 ★★ ボールピラティス Toshie	9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ HARU 11:00~12:00 ★★★ ヨガフロー HARU 12:30~13:30 ★ リラックスヨガ HARU	10:00~11:00 ★★ ピラティス KEI 11:30~12:30 ★★★ アクティブピラティス KEI
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25	26 (金)	27 (土)	28 (日)
9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ REIRI 14:00~15:00 ★★ やさしいフロー REIRI 19:00~20:00 ★★ 夜ヨガ HARU	10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU	9:30~10:30 ★★ やさしいハタヨガ REIRI 11:00~12:00 ★★★ フローヨガ REIRI 18:30~19:30 ★★ やさしいハタヨガ SEIKO 19:45~20:45 ★ 陰ヨガ SEIKO		10:00~11:00 マタニティヨガ HARU (別途チケット/マタニティ限定) 13:00~14:00 ★★ やさしいフロー HARU 19:00~20:00 ★★ 姿勢改善ピラティス Toshie	9:30~10:30 ★★ 朝ヨガ MIHO 11:00~12:00 ★★★ FRピラティス MIHO 12:30~13:30 ★★★ やさしいヴィンヤサ MIHO	10:00~11:00 ★★ ピラティス KEI 11:30~12:30 ★★★ アクティブピラティス KEI
29 (月)	30 (火)	★…運動量目安 ＊スタジオレッスンをオンライン受講できます＊ (対象:フリーパス/オンラインフリーパス) ☆Rju10周年イベント☆ ◆9/25 SUPで湖畔散策 まだ空きあります！レッスン同様に ご予約ください ◆10/11 スタジオ10周年 PARTY(ご予約不要)				
お休み  AMELIE.RJU.YOGA	10:00~11:00 ★ リラックスヨガ HARU	レッスン体験 1000円 ヨガが初めての方は、★マーク 1~2つのレッスンがおすすめです HP・LINEよりご予約ください 				