

日	月	火	水	木	金	土	INFO	
				5	6	7	4月のヒーリングアロマ ふんわり優しい春の香り さくらブレンド 日本の春を彩る美しい桜をイメージした配合です	
<b>studio concept</b> 二つのスタジオは <b>太陽(スーリヤ)</b> と <b>月(チャンドラ)</b> を意味し太陽が降りそそぐスーリヤスタジオではエネルギー溢れるクラスや宙を舞うエアリアルヨガをチャンドラスタジオでは星空ヨガ(時期未定)で究極のリラックスを味わうことができます。もちろん床暖房完備で暑すぎず寒くない心地の良い温度でストレスなくヨガに集中できます。		<b>プレオープン無料体験会(非会員様向け)ご予約受付中</b> 高崎駅西口店の電話番号は4/5開通のため体験会のご予約詳細は <b>高崎店(027-388-1221)</b> へお願いします。 内容：初めての方向けのヨガ40分、スタジオ説明会20分 定員：各先着18名様 ※ご予約お早め 駐車場代：お客さま負担 体験会当日入会特典：4ヶ月無料(4ヶ月継続出来る方のみ)		<b>プレオープン</b> 11:00~ 無料体験会 12:00~ 13:00~ 時間内いつでも見学OK 18:00~ 19:00~ 無料体験会 20:00~		<b>プレオープン</b> 11:00~ 無料体験会 12:00~ 13:00~ 時間内いつでも見学OK 18:00~ 19:00~ 無料体験会 20:00~		
8	9	10	11	12	13	14	満開の艶やかな眺めと散り際の深くも儂い美しさはただの表面的な美ではなく凛とした芯の通った内面からにじみ出る美を感じさせます。 長い冬を耐えようやく迎えた春を明るく楽しい気分でお過ごし頂けますように。	
<b>プレオープン</b> 10:00~ ベーシックヨガ 11:10 ☆☆☆調 asami 11:40~ デトックスヨガ 12:50 ☆☆☆調 asami 15:00~ FRP 16:10 ☆☆☆調 atsushi 18:30~ アロマビューティーヨガ 19:40 ☆☆☆美 risa 20:10~ フローヨガ STEP1 21:20 ☆☆☆美 risa		10:00~ ビラリス 11:10 ☆☆☆美 sayoko 11:40~ リストラティブヨガ 12:50 ☆☆☆美 sayoko 15:00~ エアリアルヨガ 16:10 ☆☆☆特 risa 18:30~ ベーシックヨガ 19:40 ☆☆☆調 tomoko 20:10~ ヒーリングアロマヨガ 21:20 ☆☆☆美 tomoko		10:00~ アロマビューティーヨガ 11:10 ☆☆☆美 erina 11:40~ 姿勢改善ヨガ 12:50 ☆☆☆調 erina 15:00~ マタニティヨガ 16:10 ☆☆☆特 risa 18:30~ コアヨガ 19:40 ☆☆☆美 atsushi 20:10~ FRP 21:20 ☆☆☆調 atsushi		10:00~ やさしく学ぶ体のしくみ 11:10 ☆☆☆調 yasuyuki 11:40~ ヨガの神経生理学 12:50 ☆☆☆調 yasuyuki 15:00~ ヒーリングアロマヨガ 16:10 ☆☆☆美 yuki 18:30~ 陰ヨガ 19:40 ☆☆☆調 risa 20:10~ エアリアルヨガ 21:20 ☆☆☆特 risa		定休日 10:00~ エアリアルヨガ 11:10 ☆☆☆特 risa 11:40~ ハートオブヨガ 12:50 ☆☆☆美 tomohito 15:00~ 骨盤調整ヨガ 16:10 ☆☆☆調 tomohito 16:40~ パワーヨガ 17:50 ☆☆☆美 tomohito
15	16	17	18	19	20	21	<b>エアリアルヨガ</b> ・会員さま限定クラス ・体重制限30kg以下 ・別途エアリアルチケット1回消化(4回2,000円) ~注意事項~ ・ジッパーなど金具のついたウエア、ピアスなどNG ・必ず袖のあるウエア(半袖可) 爪が長い方は手袋(無料貸出) 着用してください ・濃いめのメイク、香水NG  ぐぜ不空 だひ思中 さご議で い体な味 ま感せわ 界うを	
<b>オープニングイベント</b> Maiko Kurata X DJ Satoshi Miya  Yoga Party...:)		10:00~ アッシュタンガヨガビギナー 11:10 ☆☆☆特 sayoko 11:40~ 陰ヨガ 12:50 ☆☆☆調 sayoko 15:00~ エアリアルヨガ 16:10 ☆☆☆特 risa 18:30~ ヒーリングアロマヨガ 19:40 ☆☆☆特 tomoko 20:10~ シヴァナンダヨガビギナー 21:20 ☆☆☆調 tomoko		10:00~ 姿勢改善ヨガ 11:10 ☆☆☆調 erina 11:40~ アロマビューティーヨガ 12:50 ☆☆☆美 erina 15:00~ マタニティヨガ 16:10 ☆☆☆特 risa 18:30~ FRP 19:40 ☆☆☆調 atsushi 20:10~ コアヨガ 21:20 ☆☆☆美 atsushi		10:00~ ヨガの神経生理学 11:10 ☆☆☆調 yasuyuki 11:40~ やさしく学ぶ体のしくみ 12:50 ☆☆☆調 yasuyuki 15:00~ 骨盤調整ヨガ 16:10 ☆☆☆調 yuki 18:30~ Herbal Ayurveda Yoga 19:40 ☆☆☆美 risa 20:10~ エアリアルヨガ 21:20 ☆☆☆特 risa		定休日 10:00~ エアリアルヨガ 11:10 ☆☆☆特 risa 11:40~ Odaka Yoga ~セッション ロ~ 12:50 ☆☆☆特 shunsuke 15:00~ Odaka Yoga ~セッション ロ~ 16:10 ☆☆☆特 shunsuke 16:40~ Odaka Yoga ~セッション ロ~ 17:50 ☆☆☆特 shunsuke
22	23	24	25	26	27	28		
定休日 10:00~ デトックスヨガ 11:10 ☆☆☆調 asami 11:40~ アロマビューティーヨガ 12:50 ☆☆☆美 asami 15:00~ FRP 16:10 ☆☆☆調 atsushi 18:30~ ヒーリングアロマヨガ 19:40 ☆☆☆美 risa 20:10~ フローヨガ STEP2 21:20 ☆☆☆美 risa		10:00~ ヒーリングアロマヨガ 11:10 ☆☆☆美 sayoko 11:40~ ビラリス 12:50 ☆☆☆美 sayoko 15:00~ エアリアルヨガ 16:10 ☆☆☆特 risa 18:30~ シヴァナンダヨガビギナー 19:40 ☆☆☆調 tomoko 20:10~ ベーシックヨガ 21:20 ☆☆☆調 tomoko		10:00~ アロマビューティーヨガ 11:10 ☆☆☆美 erina 11:40~ 姿勢改善ヨガ 12:50 ☆☆☆調 erina 15:00~ マタニティヨガ 16:10 ☆☆☆特 risa 18:30~ 体が硬い人のためのヨガ 19:40 ☆☆☆調 atsushi 20:10~ FRP 21:20 ☆☆☆調 atsushi		10:00~ やさしく学ぶ体のしくみ 11:10 ☆☆☆調 yasuyuki 11:40~ ヨガの神経生理学 12:50 ☆☆☆調 yasuyuki 15:00~ ヒーリングアロマヨガ 16:10 ☆☆☆美 yuki 18:30~ リストラティブヨガ 19:40 ☆☆☆美 risa 20:10~ エアリアルヨガ 21:20 ☆☆☆特 risa		
29	30	<b>オープニングイベント 4/15(日) 15:00~21:00</b> Brighton Studio Daikanyamaより ヨガイベントでお馴染みMaiko X DJ Miyaがお届けするスペシャルDay!! 15:30~16:40 Music flow - YOGA FOR EVERY BODY ☆☆☆ 17:30~18:40 YOGA PARTY ☆☆☆ 19:30~21:00 内覧会&エアリアル体験会 ささやかですがソフトドリンク、お菓子をご用意してお待ちしております♪ イベント詳細はHP、またはフライヤーにてご確認ください(人々*)			高崎店併設 HERB8CAFEの商品を購入できます ハーバルセラピストが効能別に厳選した人気のハーブセットやおうちのティータイムが楽しくなるティーグッズを取り揃えてあります。ハーブを使った手作り体験も定期的に開催予定。  健康・美容に効果的な ヨガとハーブのある暮らし 毎日をより豊かに快適に		定休日 10:00~ エアリアルヨガ 11:10 ☆☆☆特 risa 11:40~ アッシュタンガ練習会 12:50 ☆☆☆特 kazumichi 15:00~ ストレッチ 16:10 ☆☆☆特 kazumichi 16:40~ キックボクシングヨガ 17:50 ☆☆☆特 kazumichi	

◆ボスチャーのヨガは「美」「調整」「癒し」をテーマに“ココロとカラダにこころよいライフスタイルを”をコンセプトとした新しいナチュラルホットヨガスタジオです。

◆☆印は運動量の目安です。(☆ひとつが一番優しいクラス) ◆レッスン内容・担当インストラクターは予告なく変更になる場合がございますので、ご了承ください。