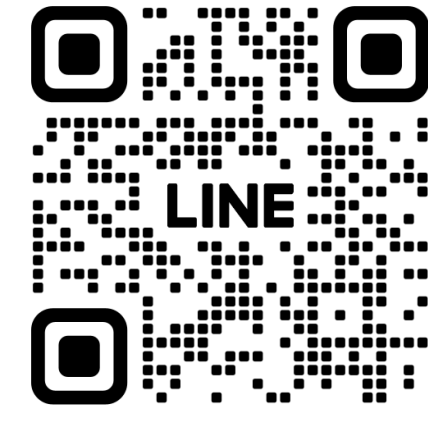


JUNE 2026



お気軽にお問い合わせください
075-746-4316



LINE公式アカウントからできます。

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

FRIDAY

SATURDAY

SUNDAY

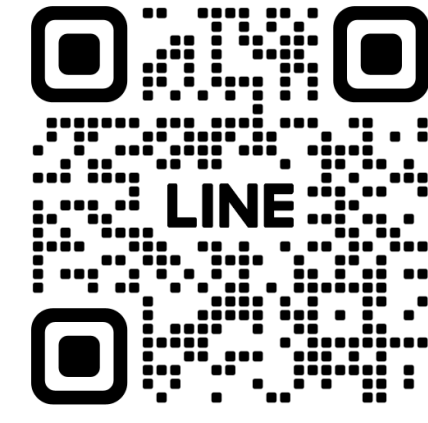
<p>1</p> <p>9:30~10:45 ハタヨガ KUMI</p> <p>11:15~12:15 マットピラティス YURIKO</p> <p>14:30~15:45 陰ヨガ 梅雨の養生 SACHIKO</p> <p>19:00~20:15 太極拳 (TAI-CHI) TOMI</p>	<p>2</p> <p>9:30~10:45 ジヴァムクティヨガ RYOKO.I</p> <p>11:15~12:30 マインドフルネス フローヨガ RYOCO.M</p> <p>18:00~19:00 マットピラティス SAYURI</p> <p>19:15~20:30 アシュタンガヨガ MIKI.K</p>	<p>3</p> <p>9:30~10:45 ハタヨガ KEIKO</p> <p>11:15~12:15 マットピラティス DAIKI</p> <p>13:00~14:00 バランスボールピラティス MEGUMI</p> <p>19:30~20:45 ヨギックアーツ YOSHI</p>	<p>5</p> <p>9:30~10:45 ハタヨガ NATSUKI</p> <p>11:15~12:30 ヴィンヤサヨガ SANDRA</p> <p>12:45~14:00 陰ヨガ 夏の養生 SANDRA</p> <p>19:00~20:15 クリパルヨガ CHIE</p>	<p>6</p> <p>9:00~10:15 ヨギックアーツ YOSHI</p> <p>10:45~12:00 自力整体 YOSHI</p> <p>14:00~15:15 優しく学ぶ初めてのヨガ AKIKO</p> <p>16:00~17:15 太極拳 (TAI-CHI) TOMI</p>	<p>7</p> <p>9:00~10:00 マットピラティス NAOMI</p> <p>10:15~11:30 自力整体 CHIE.M</p> <p>12:00~13:15 ハタヨガ KEIKO</p> <p>13:45~15:00 アシュタンガヨガ AMI</p>
<p>8</p> <p>9:30~10:45 ハタヨガ KUMI</p> <p>11:15~12:15 マットピラティス YURIKO</p> <p>14:30~15:45 陰ヨガ 梅雨の養生 SACHIKO</p> <p>19:00~20:15 太極拳 (TAI-CHI) TOMI</p>	<p>9</p> <p>9:30~10:45 ジヴァムクティヨガ RYOKO.I</p> <p>11:15~12:30 マインドフルネス フローヨガ RYOCO.M</p> <p>18:00~19:00 マットピラティス SAYURI</p> <p>19:15~20:30 アシュタンガヨガ MIKI.K</p>	<p>10</p> <p>9:30~10:45 ハタヨガ KEIKO</p> <p>11:15~12:15 マットピラティス DAIKI</p> <p>13:00~14:00 バランスボールピラティス MEGUMI</p> <p>19:30~20:45 ヨギックアーツ YOSHI</p>	<p>12</p> <p>9:30~10:45 ハタヨガ NATSUKI</p> <p>11:15~12:30 ヴィンヤサヨガ SANDRA</p> <p>13:00~14:00 ストレッチボール マッサージ MEGUMI</p> <p>19:00~20:15 クリパルヨガ CHIE</p>	<p>13</p> <p>9:00~10:15 リラックスフローヨガ YOSHI</p> <p>10:45~12:00 自力整体 YOSHI</p> <p>13:00~14:30 バレエプレビギナー MEGUMI</p> <p>16:00~17:15 やさしいクリパルヨガ CHIE</p>	<p>14</p> <p>9:00~10:00 マットピラティス NAOMI</p> <p>10:15~11:30 自力整体 CHIE.M</p> <p>13:00~14:00 グルービーダンス NATSUKI</p> <p>14:30~15:45 フラダンス MAYUKO</p>
<p>15</p> <p>9:30~10:45 ハタヨガ KEIKO</p> <p>11:15~12:15 マットピラティス YURIKO</p> <p>14:30~15:45 陰ヨガ 梅雨の養生 SACHIKO</p> <p>19:00~20:15 太極拳 (TAI-CHI) TOMI</p>	<p>16</p> <p>9:30~10:45 ジヴァムクティヨガ RYOKO.I</p> <p>11:15~12:30 マインドフルネス フローヨガ RYOCO.M</p> <p>18:00~19:00 マットピラティス SAYURI</p> <p>19:15~20:30 アシュタンガヨガ MIKI.K</p>	<p>17</p> <p>9:30~10:45 ハタヨガ KEIKO</p> <p>11:15~12:15 マットピラティス DAIKI</p> <p>13:00~14:00 バランスボールピラティス MEGUMI</p> <p>19:30~20:45 ヨギックアーツ YOSHI</p>	<p>19</p> <p>9:30~10:45 ハタヨガ NATSUKI</p> <p>11:15~12:30 ストレッチボールピラティス MEGUMI</p> <p>19:00~20:15 クリパルヨガ CHIE</p>	<p>20</p> <p>9:00~10:15 ヨギックアーツ YOSHI</p> <p>10:45~12:00 自力整体 YOSHI</p> <p>12:30~13:45 アシュタンガヨガ AMI</p> <p>14:00~15:15 優しく学ぶ初めてのヨガ AKIKO</p> <p>16:00~17:15 太極拳 (TAI-CHI) TOMI</p>	<p>21 国際ヨガday </p> <p>9:00~10:00 マットピラティス NAOMI</p> <p>10:15~11:30 自力整体 CHIE.M</p> <p>13:00~14:00 グルービーダンス NATSUKI</p> <p>14:30~15:45 リラックスフローヨガ SACHI</p>
<p>22</p> <p>9:30~10:45 ハタヨガ KUMI</p> <p>11:15~12:15 マットピラティス YURIKO</p> <p>14:30~15:45 陰ヨガ 梅雨の養生 SACHIKO</p> <p>19:00~20:15 太極拳 (TAI-CHI) TOMI</p>	<p>23</p> <p>9:30~10:45 ジヴァムクティヨガ RYOKO.I</p> <p>11:15~12:15 マットピラティス YUKA.H</p> <p>18:00~19:00 マットピラティス SAYURI</p> <p>19:15~20:30 アシュタンガヨガ MIKI.K</p>	<p>24</p> <p>9:30~10:45 ハタヨガ KEIKO</p> <p>11:15~12:15 マットピラティス DAIKI</p> <p>13:00~14:00 バランスボールピラティス MEGUMI</p> <p>19:30~20:45 ヨギックアーツ YOSHI</p>	<p>26</p> <p>9:30~10:45 ハタヨガ NATSUKI</p> <p>11:15~12:30 ヴィンヤサヨガ SANDRA</p> <p>12:45~14:00 マインドフルネス陰ヨガ SANDRA</p> <p>19:00~20:15 クリパルヨガ CHIE</p>	<p>27</p> <p>9:00~10:15 リラックスフローヨガ YOSHI</p> <p>10:45~12:00 自力整体 YOSHI</p> <p>12:30~13:30 マットピラティス YUKA.H</p> <p>16:00~17:15 やさしいクリパルヨガ CHIE</p>	<p>28</p> <p>9:00~10:00 マットピラティス NAOMI</p> <p>10:15~11:30 自力整体 CHIE.M</p> <p>13:00~14:00 グルービーダンス NATSUKI</p> <p>14:30~15:45 フラダンス MAYUKO</p>
<p>29</p> <p>9:30~10:45 ハタヨガ KUMI</p> <p>11:15~12:15 マットピラティス YURIKO</p> <p>14:30~15:45 陰ヨガ 梅雨の養生 SACHIKO</p> <p>19:00~20:15 太極拳 (TAI-CHI) TOMI</p>	<p>30</p> <p>9:30~10:45 季節を味わうヨガ 二十四節季 AKANE</p> <p>11:15~12:30 自力整体 CHIE.M</p> <p>13:00~14:30 バレエプレビギナー MEGUMI</p> <p>18:00~19:00 マットピラティス SAYURI</p> <p>19:15~20:30 アシュタンガヨガ MIKI.K</p>				

クラスの追加、変更がある
クラスや時間に赤マークついてます。

JUNE 2026



お気軽にお問い合わせください
075-746-4316



LINE公式アカウントからできます。

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
1 19:15~20:15 『脚』づくりRUN SATORU	2	3 18:00~19:00 ビギナーズランニング SATORU	5	6 7:00~ 山の交流会 (トレッキング・トレラン) ~かぶとの森テラス x nadiコラボ event~ AKIRA x SATORU ~15:00	7 9:00~15:00 清掃登山 [KYOTO WOODS x nadi] SHUJI
8 17:45~18:30 ☆ランニングショート SATORU	9	10 18:00~19:00 自分を追い越すランニング SATORU	12	13 7:30~8:30 ☆モーニングラン SATORU 9:30~12:00 トレイルランニング (ライト) SATORU 13:00~16:00 ゆるハイキング SATORU	14 7:30~8:30 ☆モーニングラン SATORU 9:30~17:30 滋賀散歩 YOSHI
15 19:15~20:15 『脚』づくりRUN SATORU	16	17 18:00~19:00 ビギナーズランニング SATORU	19	20 9:00~12:00 レイン着て山を走ってみよう トレイルランニング KAYA	21 8:00~9:30 走って行こう 国際ヨガdayラン ~nadi to 梅小路公園~ SATORU 9:00~14:00 天王山×紫陽花寺トレッキング SHUJI 国際ヨガday
22 17:45~18:30 ☆ランニングショート SATORU	23 9:00~16:00 1Day トレッキング SATORU	24 18:00~19:00 自分を追い越すランニング SATORU	26	27 7:30~8:30 ☆モーニングラン SATORU 9:30~14:00 トレイルランニング (半日) SATORU	28 7:30~8:30 ☆モーニングラン SATORU 9:00~12:00 小倉山と野々宮神社トレッキング KAYA
29 19:15~20:15 『脚』づくりRUN SATORU	30				

アウトドアプログラムのレベルについて

- 初心者も安心クラス
- 健脚向きアクティブクラス

※その他アウトドアクラス参加にあたり
ご不安な方はスタッフまでお気軽にご相談ください。

☆ ライト会員カウントフリークラス

※土日に限り一般の方もフリーでご参加いただけます

クラスの追加、変更がある
クラスや時間に赤マークついています。

OUTDOOR
アウトドアプログラム