

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
エアロビヨガ (60分) 榎本	スタンダード60 (60分) 榎本	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 細川	免疫セラピーヨガ (60分) 荒牧	はじめてのホットピラティス (60分) 細川		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 細川	肩コリラックスヨガ (60分) 荒牧
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
全身とのお腹たまんまヨガ (60分) 榎本	Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成	スタンダード60 (60分) 平川	痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 岩成	リンパデトックスヨガ (60分) 榎本		はじめてのホットピラティス (60分) 細川	Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 榎本
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:45 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00		13:30 ~ 14:30	
痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 岩成	リンパデトックスヨガ (60分) 榎本	セルトル美脚ヨガ (60分) 細川	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 岩成	セルトル美脚ヨガ (60分) 細川		スタンダード60 (60分) 榎本	
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:45 ~ 17:15		15:00 ~ 16:00	
花物癒スッキリヨガ (60分) 岩成	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 岩成	肩コリラックスヨガ (60分) 平川	Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 榎本	アドバンス90 (会員様限定) (90分) 岩成		リンパデトックスヨガ (60分) 榎本	営業時間外
営業時間外	営業時間外	営業時間外	17:15 ~ 18:15 肩コリラックスヨガ (60分) 平川	営業時間外		営業時間外	営業時間外
			19:00 ~ 20:00 全身とのお腹たまんまヨガ (60分) 榎本				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 榎本	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 細川	ピラティスブートキャンプ (45分) 榎本				全身とのお腹たまんまヨガ (60分) 榎本	免疫セラピーヨガ (60分) 平川
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
リンパデトックスヨガ (60分) 榎本	セルトル美脚ヨガ (60分) 細川	オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 榎本				みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 榎本	お腹引き締めヨガ (60分) 榎本
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 平川	免疫セラピーヨガ (60分) 平川	お腹引き締めヨガ (60分) 榎本				セルトル美脚ヨガ (60分) 平川	骨盤矯正ヨガ (60分) 榎本

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16		
木	金	土	日	月	火	水	木		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
もも尻ヨガピラティス (60分) 榎本	全身とのお腹たまんまヨガ (60分) 榎本	エアロビヨガ (60分) 榎本	免疫セラピーヨガ (60分) 平川			全身とのお腹たまんまヨガ (60分) 榎本	お腹引き締めヨガ (60分) 榎本	免疫セラピーヨガ (60分) 平川	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
スタンダード60 (60分) 細川	骨盤矯正ヨガ (60分) 榎本	オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 榎本	Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成			みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 岩成	骨盤矯正ヨガ (60分) 榎本	セルトル美脚ヨガ (60分) 平川	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:45 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00			13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 榎本	お腹引き締めヨガ (60分) 榎本	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 細川	スタンダード60 (60分) 平川			痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 岩成		オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 榎本	
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45			15:00 ~ 16:00	営業時間外	15:00 ~ 16:00	
子宮温活ヨガ (60分) 岩成	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 平川	花物癒スッキリヨガ (60分) 岩成	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 細川			アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 岩成			お腹引き締めヨガ (60分) 榎本
営業時間外	営業時間外	17:15 ~ 18:15 痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 岩成	営業時間外			営業時間外		営業時間外	営業時間外
		19:00 ~ 20:00 肩コリラックスヨガ (60分) 平川							
17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00		17:30 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
お腹引き締めヨガ (60分) 榎本	花物癒スッキリヨガ (60分) 岩成					スタンダード60 (60分) 榎本		アドバンス90 (会員様限定) (90分) 岩成	スタンダード60 (60分) 細川
19:00 ~ 20:00	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
リンパデトックスヨガ (60分) 榎本	スタンダード60 (60分) 平川					お腹引き締めヨガ (60分) 榎本		肩コリラックスヨガ (60分) 平川	痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 岩成
20:30 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
アドバンス90 (会員様限定) (90分) 岩成	痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 岩成					子宮温活ヨガ (60分) 細川		スタンダード60 (60分) 平川	花物癒スッキリヨガ (60分) 岩成

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 細川	10:30 ~ 11:30 肩こりリラックスヨガ (60分) 平川	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 榎本	定休日	10:30 ~ 12:00 アドバンス90 (会員様限定) (90分) 岩成	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 福井	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 荒牧	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 福井
12:00 ~ 13:00 スタンダード60 (60分) 平川	12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 細川	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 榎本		12:30 ~ 13:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 岩成	12:00 ~ 13:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 福井	12:00 ~ 13:00 もも尻ヨガティス (60分) 細川	12:00 ~ 13:00 リンパデトックスヨガ (60分) 福井
13:30 ~ 14:30 もも尻ヨガティス (60分) 細川	13:45 ~ 14:45 免疫セラピーヨガ (60分) 平川	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 岩成		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 岩成	13:30 ~ 14:30 お腹引き締めヨガ (60分) 福井	13:30 ~ 14:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 細川	13:30 ~ 14:30 スタンダード60 (60分) 細川
15:00 ~ 16:00 肩こりラックスヨガ (60分) 平川	15:30 ~ 16:30 ピラティス フットキャンブ (45分) 榎本	15:45 ~ 16:45 子宮温活ヨガ (60分) 岩成		15:30 ~ 16:30 お腹引き締めヨガ (60分) 福井	15:00 ~ 16:00 スタンダード60 (60分) 細川	15:00 ~ 16:00 リンパデトックスヨガ (60分) 福井	15:00 ~ 16:00 はじめてのホットピラティス (60分) 細川
営業時間外	17:15 ~ 18:15 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) 榎本	営業時間外		営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外
18:00 ~ 19:00 お腹引き締めヨガ (60分) 福井	19:00 ~ 20:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 岩成	18:00 ~ 19:00 お腹引き締めヨガ (60分) 福井		18:00 ~ 19:00 子宮温活ヨガ (60分) 細川	18:00 ~ 19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 岩成	18:00 ~ 19:00 お腹引き締めヨガ (60分) 福井	17:30 ~ 18:30 肩こりラックスヨガ (60分) 平川
19:30 ~ 20:30 リンパデトックスヨガ (60分) 福井	営業時間外	19:30 ~ 20:30 スタンダード60 (60分) 福井		19:30 ~ 20:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成	19:30 ~ 20:15 子宮温活ヨガ (60分) 岩成	19:30 ~ 20:30 子宮温活ヨガ (60分) 岩成	19:00 ~ 20:30 アドバンス90 (会員様限定) (90分) 岩成
21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) 細川	21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 細川	21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) 細川		21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 岩成	21:00 ~ 22:00 免疫セラピーヨガ (60分) 平川		

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) 細川	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 榎本	定休日	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 榎本	10:30 ~ 11:30 肩こりラックスヨガ (60分) 平川	10:30 ~ 11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 平川
12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 平川	12:15 ~ 13:15 エアロピヨガ (60分) 榎本		12:00 ~ 13:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 細川	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 平川	12:00 ~ 13:00 肩こりラックスヨガ (60分) 平川
13:45 ~ 14:45 セルトル美脚ヨガ (60分) 細川	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 細川		13:30 ~ 14:30 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) 榎本	13:45 ~ 14:45 お腹引き締めヨガ (60分) 福井	13:30 ~ 14:30 スタンダード60 (60分) 福井
15:30 ~ 16:30 免疫セラピーヨガ (60分) 平川	15:45 ~ 16:45 もも尻ヨガティス (60分) 榎本		15:00 ~ 16:00 リンパデトックスヨガ (60分) 榎本	15:30 ~ 16:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 福井	15:00 ~ 16:00 花筋産スッキリヨガ (60分) 岩成
17:15 ~ 18:15 エアロピヨガ (60分) 榎本	19:00 ~ 20:00 スタンダード60 (60分) 中村		17:15 ~ 18:15 子宮温活ヨガ (60分) 細川	17:15 ~ 18:15 お腹引き締めヨガ (60分) 細川	17:30 ~ 19:00 アドバンス90 (会員様限定) (90分) 岩成
営業時間外	営業時間外		19:00 ~ 20:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 細川	19:30 ~ 20:30 花筋産スッキリヨガ (60分) 岩成	19:30 ~ 20:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 榎本
18:00 ~ 19:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 岩成	19:30 ~ 20:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 岩成		21:00 ~ 22:00 ピラティス フットキャンブ (45分) 榎本	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 岩成	21:00 ~ 21:45 ピラティス フットキャンブ (45分) 榎本