

都城店【4月1日～4月8日スケジュール】

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
火	水	木	金	土	日	月	火
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
リンパデトックスヨガ (80分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)		子宮温活ヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	スリムアッププレス (80分)		花粉症スッキリヨガ (80分)
黒江	黒江		福留	黒江	内田		下西
12:15~13:15	12:15~13:15		12:15~13:15	12:15~13:15	12:15~13:15		12:15~13:15
痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (80分)		ホットピラティス (80分)	オトナののための オールインワンヨガ (80分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)		スタンダード80 (80分)
黒江	福留		下西	下西	黒江		黒江
14:00~15:00	14:00~15:00		14:00~15:00	14:00~15:00	14:00~15:00		14:00~15:00
スタンダード80 (80分)	エアロビヨガ (80分)		オトナののための オールインワンヨガ (80分)	もも尻ヨガティス (80分)	小顔リフトピラティス (80分)		お腹引き締めヨガ (80分)
福留	福留		下西	下西	内田		下西
				15:45~16:45	15:45~16:45		
				痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)		
				黒江	黒江		
				17:30~18:30			
				スタンダード80 (80分)			
				川合			
17:30~18:30		17:30~18:30	17:30~18:30				17:30~18:30
オトナののための オールインワンヨガ (80分)		花粉症スッキリヨガ (80分)	アロマリラクゼーション DEEP FOREST (80分)				痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)
福留		下西	福留				黒江
19:15~20:15	19:15~20:15	19:15~20:15	19:15~20:15				19:15~20:15
金身ととう 寝たままヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)				エアロビヨガ (80分)
川合	下西	黒江	黒江				福留
21:00~22:00	21:00~22:00	21:00~22:00	21:00~22:00				21:00~22:00
パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)	骨盤矯正ヨガ (80分)	オトナののための オールインワンヨガ (80分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)				子宮温活ヨガ (80分)
福留	下西	下西	黒江				福留

都城店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
水	木	金	土	日	月	火	水
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
ダイエットヨガ (80分)		リンパデトックスヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	子宮温活ヨガ (80分)		オトナののための オールインワンヨガ (80分)	肩こリラクゼーション (80分)
下西		黒江	下西	福留		福留	下西
12:15~13:15		12:15~13:15	12:15~13:15	12:15~13:15		12:15~13:15	12:15~13:15
骨盤矯正ヨガ (80分)		痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)		Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	スタンダード80 (80分)
下西		黒江	黒江	川合		福留	黒江
		14:00~15:00	14:00~15:00	14:00~15:00		14:00~15:00	14:00~15:00
		スタンダード80 (80分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)	背中美人ヨガ (80分)		スタンダード80 (80分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)
		下西	福留	福留		今村	下西
			15:45~16:45	15:45~16:45			
			アロマリラクゼーション DEEP FOREST (80分)	スタンダード80 (80分)			
			福留	川合			
			17:30~18:30				
			痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)				
			黒江				
17:30~18:30	17:30~18:30	17:30~18:30				17:30~18:30	
スタンダード80 (80分)	肩こリラクゼーション (80分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)				痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	
福留	福留	福留				黒江	
19:15~20:15	19:00~20:30	19:15~20:15				19:15~20:15	19:15~20:15
リンパデトックスヨガ (80分)	アドバンスト80 (会員様限定) (80分)	オトナののための オールインワンヨガ (80分)				もも尻ヨガティス (80分)	小顔リフトピラティス (80分)
黒江	下西	福留				下西	高橋
21:00~22:00	21:00~22:00	21:00~22:00				21:00~22:00	21:00~22:00
痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	アロマリラクゼーション FRUITY DIET (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)				リンパデトックスヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)
黒江	福留	下西				黒江	黒江

都城店【4月17日～4月24日スケジュール】

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30~11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	10:30~11:30 アロマリラクゼーション FRUITY DIET (80分)	10:30~11:30 スタンダード80 (80分)	定休日	10:30~11:30 小顔リフトピラティス (80分)	10:30~11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)	
	黒江	福留	黒江		高橋	福留	
	12:15~13:15 ココロカラダ リセットヨガ (80分)	12:15~13:15 スタンダード80 (80分)	12:15~13:15 セルトル美脚ヨガ (80分)		12:15~13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (80分)	
	高橋	黒江	高橋		高橋	黒江	
	14:00~15:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET (80分)	14:00~15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (80分)		14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (80分)		
	高橋	黒江	黒江		黒江		
		15:45~16:45 小顔リフトピラティス (80分)	15:45~16:45 ココロカラダ リセットヨガ (80分)				
		高橋	高橋				
		17:30~18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)					
		高橋					
17:30~18:30 ココロカラダ リセットヨガ (80分)	17:30~18:30 ホットピラティス (80分)				17:30~18:30 スタンダード80 (80分)	17:30~18:30 アロマリラクゼーション DEEP FOREST (80分)	17:30~18:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分)
高橋	下西				黒江	高橋	福留
19:15~20:15 スタンダード80 (80分)	19:15~20:15 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (80分)				19:15~20:15 背中美人ヨガ (80分)	19:15~20:15 スタンダード80 (80分)	19:15~20:15 子宮温活ヨガ (80分)
今村	福留				福留	福留	福留
21:00~21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	21:00~22:00 背中美人ヨガ (80分)				21:00~22:00 肩こりリラックスヨガ (80分)	21:00~22:00 セルトル美脚ヨガ (80分)	21:00~22:00 ココロカラダ リセットヨガ (80分)
高橋	福留				福留	高橋	高橋

都城店【4月25日～4月31日スケジュール】

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
金	土	日	月	火	水
10:30~11:30 お腹引き締めヨガ (80分)	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30~11:30 肩こりリラックスヨガ (80分)	定休日	10:30~11:30 エアロビヨガ (80分)	10:30~11:30 スタンダード80 (80分)
下西	黒江	福留		福留	高橋
12:15~13:15 スタンダード80 (80分)	12:15~13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	12:15~13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)		12:15~13:15 花粉症スッキリヨガ (80分)	12:00~13:30 アドバンス80 (会員様限定) (90分)
福留	黒江	下西		下西	下西
14:00~15:00 ホットピラティス (80分)	14:00~15:00 子宮温活ヨガ (80分)	14:00~15:00 お腹引き締めヨガ (80分)		14:00~15:00 ココロカラダ リセットヨガ (80分)	14:00~15:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分)
下西	福留	下西		高橋	福留
	15:45~16:45 スタンダード80 (80分)	15:45~16:45 子宮温活ヨガ (80分)		15:45~16:45 セルトル美脚ヨガ (80分)	
	高橋	福留		高橋	
	17:30~18:30 アロマリラクゼーション DEEP FOREST (80分)			17:30~18:30 スタンダード80 (80分)	
	福留			黒江	
17:30~18:30 小顔リフトピラティス (80分)					
高橋					
19:15~20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)					19:15~20:15 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (80分)
黒江					高橋
21:00~22:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET (80分)					21:00~22:00 リンパデトックスヨガ (80分)
高橋					黒江