

姫路駅前店【5月1日～5月8日スケジュール】

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 腫トレデビューティー ヨガ(80分) 曾根原	10:30～11:30 もも原ヨガティス (80分) 大畑	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 田路	定休日	10:30～11:15 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 曾根原	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 福田	
	12:15～13:15 ホットピラティス (80分) 大畑	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (80分) 田路	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 曾根原		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 福田	12:15～13:15 もも原ヨガティス (80分) 大畑	
	14:00～14:45 ピラティス プニキジャンプ (45分) 曾根原	14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 大畑	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 福田		14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 大畑		
		15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 田路	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス (80分) 田路		15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 曾根原		
		17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 福田			17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (80分) 大畑		
17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (80分) 曾根原	17:30～18:40 ディーププレスヨガ (70分) 田路					17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 田路	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 田路
19:15～20:15 もも原ヨガティス (80分) 大畑	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 福田					19:15～20:00 BEAT CORE HIT (45分) 曾根原	19:15～20:25 ディーププレスヨガ (70分) 田路
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 曾根原	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 田路					21:00～22:00 腫トレデビューティー ヨガ(80分) 田路	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 福田

姫路駅前店【5月9日～5月16日スケジュール】

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30～11:30 ホットピラティス (80分) 大畑	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (80分) 曾根原	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 田路	定休日	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 田路	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 曾根原		10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 曾根原	
12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 曾根原	12:15～13:25 Mother's Day Yoga (70分) 田路	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 大畑		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 福田	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (80分) 曾根原	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 西山		
14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 大畑	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 曾根原	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 田路		14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 田路	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 福田	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 曾根原		
	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 福田	15:45～16:45 もも原ヨガティス (80分) 大畑						
	17:30～18:30 スリムアッププレス (80分) 田路							
17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 福田					17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (80分) 大畑	17:30～18:30 もも原ヨガティス (80分) 大畑	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 福田	
19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分) 田路					19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 曾根原	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 田路	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 福田	19:15～20:15 セルトル養育ヨガ (80分) 西山
21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 田路					21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 大畑	21:00～22:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 大畑	21:00～21:45 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 曾根原	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 福田

姫路駅前店【5月17日～5月24日スケジュール】

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30~11:30 花粉産スッキリヨガ (80分) 大畑	全店 研修	定休 日	10:30~11:30 眠れる体に整えるヨガ (80分) 寺前	10:30~11:30 スリムアッププレス (80分) 曾根原		10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 西山	10:30~11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 曾根原	
12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 古家			12:15~13:15 スタンダード80 (80分) 福田	12:15~13:15 花粉産スッキリヨガ (80分) 大畑		12:15~13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 西山	12:15~13:15 スタンダード80 (80分) 福田	
14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 大畑			14:00~15:00 パワーヨガAdvance (全員検限定) (80分) 寺前			14:00~15:00 肩コリラックスヨガ (80分) 曾根原	14:00~15:00 オトナののための オールインワンヨガ (80分) 曾根原	
15:45~16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 古家								15:45~16:45 ホットピラティス (80分) 大畑
17:30~18:30 もも原ヨガティス (80分) 大畑								17:30~18:30 花粉産スッキリヨガ (80分) 大畑
					17:30~18:30 ホットピラティス (80分) 大畑	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 福田	17:30~18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 曾根原	17:30~18:30 花粉産スッキリヨガ (80分) 大畑
					19:15~20:15 スタンダード80 (80分) 福田	19:15~20:15 ホットピラティス (80分) 大畑	19:15~20:15 腫トレビューティー ヨガ(80分) 曾根原	19:15~20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 曾根原
					21:00~22:00 花粉産スッキリヨガ (80分) 大畑	21:00~22:00 スタンダード80 (80分) 福田	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 福田	21:00~22:00 もも原ヨガティス (80分) 大畑

姫路駅前店【5月25日～5月31日スケジュール】

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30~11:30 腫トレビューティー ヨガ(80分) 曾根原		10:30~11:30 パワーヨガAdvance (全員検限定) (80分) 寺前	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 古家		10:30~11:30 肩コリラックスヨガ (80分) 曾根原	10:30~11:15 ピラティス フードキッキング (45分) 曾根原
12:15~13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 福田		12:15~13:15 眠れる体に整えるヨガ (80分) 寺前	12:15~13:15 ホットピラティス (80分) 古家		12:15~13:15 スタンダード80 (80分) 大畑	12:15~13:15 花粉産スッキリヨガ (80分) 大畑
14:00~14:45 BEAT CORE HIT (45分) 曾根原		14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 福田	14:00~15:00 腫トレビューティー ヨガ(80分) 曾根原		14:00~15:00 スリムアッププレス (80分) 曾根原	14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 福田
15:45~16:45 スタンダード80 (80分) 福田						15:45~16:45 もも原ヨガティス (80分) 大畑
						17:30~18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 福田
		17:30~18:30 もも原ヨガティス (80分) 大畑		17:30~18:30 花粉産スッキリヨガ (80分) 大畑	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 福田	
		19:15~20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 福田	19:15~20:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 曾根原	19:15~20:15 眠れる体に整えるヨガ (80分) 寺前	19:15~20:15 ホットピラティス (80分) 大畑	
		21:00~22:00 スタンダード80 (80分) 大畑	21:00~22:00 花粉産スッキリヨガ (80分) 大畑	21:00~22:00 ホットピラティス (80分) 大畑	21:00~22:00 スタンダード80 (80分) 福田	