

## 丸亀店【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 ■■■トレイユーティー ヨガ(60分)	10:30～11:30 ■■■DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MIX～ (60分)	10:30～11:30 ■■■セルトル美脚ヨガ (60分)			
		茂手木	茂手木	茂手木			
		12:00～13:00 ■■■青中熟人ヨガ (60分)	12:15～13:15 ■■■スタンダード80 (60分)	12:15～13:15 ■■■小顎リフトビライス (60分)			
		真鍋	生長	真鍋			
		13:30～14:30 ■■■肩コリラックスヨガ (60分)	14:00～15:00 ■■■スリムアッププレス (60分)	14:00～15:00 ■■■はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)			
		茂手木	生長	茂手木			
17:00～18:00	17:00～18:00	15:45～16:45 ■■■ホットピラティス (60分)	15:45～16:45 ■■■スタンダード80 (60分)	15:45～16:45 ■■■子宮温活ヨガ (60分)	15:45～16:45 ■■■エアロピヨガ (60分)		
		真鍋	生長	後藤	真鍋		
18:30～19:30	18:30～19:30	17:30～18:30 ■■■パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	17:30～18:30 ■■■リンパデトックスヨガ (60分)	17:30～18:30 ■■■全員とのう 壁式ヨガ(60分)			
		茂手木	後藤	茂手木			
20:00～21:00	20:00～20:45	19:00～20:00 ■■■BEAT CORE HIIT (45分)					
		真鍋	生長	後藤			

定休日

## 丸亀店【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 ■■■スリムアッププレス (60分)	10:30～11:30 ■■■もも尻ヨガティス (60分)	10:30～11:30 ■■■スタンダード80 (60分)		10:30～11:30 ■■■花粉症スッキリヨガ (60分)			10:30～11:30 ■■■骨盤矯正ヨガ (60分)
生長	真鍋	後藤		生長			生長
12:00～13:00 ■■■パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	12:15～13:15 ■■■肩コリラックスヨガ (60分)	12:15～13:00 ■■■BEAT CORE HIIT (45分)		12:00～13:00 ■■■子宮温活ヨガ (60分)	12:00～13:00 ■■■ははじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)		12:00～13:00 ■■■スタンダード80 (60分)
茂手木	茂手木	生長		後藤	茂手木		大西
13:30～14:30 ■■■スタンダード80 (60分)	14:00～15:10 ■■■Mother's Day Yoga (70分)	14:00～15:00 ■■■青中熟人ヨガ (60分)		13:30～14:30 ■■■ははじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	13:30～14:30 ■■■スタンダード80 (60分)		13:30～14:15 ■■■BEAT CORE HIIT (45分)
生長	生長	茂手木		後藤	大西		生長
17:00～18:00 ■■■子宮温活ヨガ (60分)	15:45～16:45 ■■■セルトル美脚ヨガ (60分)	15:45～16:45 ■■■骨盤矯正ヨガ (60分)		17:00～18:00 ■■■スタンダード80 (60分)	17:00～18:00 ■■■オトナのための オールインワンヨガ (60分)	17:00～18:00 ■■■トレイユーティー ヨガ(60分)	17:00～18:00 ■■■パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)
後藤	茂手木	生長		大西	真鍋	茂手木	
18:30～19:30 ■■■エアロピヨガ (60分)	17:30～18:30 ■■■スタンダード80 (60分)			18:30～19:30 ■■■スリムアッププレス (60分)	18:30～19:30 ■■■リンパデトックスヨガ (60分)	18:30～19:30 ■■■スタンダード80 (60分)	18:30～19:30 ■■■肩コリラックスヨガ (60分)
真鍋	後藤			生長	後藤	茂手木	
20:00～21:00 ■■■ははじめての 身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	19:00～20:00 ■■■花粉症スッキリヨガ (60分)			20:00～21:00 ■■■骨盤矯正ヨガ (60分)	20:00～21:00 ■■■ホットピラティス (60分)	20:00～21:00 ■■■DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MIX～ (60分)	20:00～21:00 ■■■スタンダード80 (60分)
後藤	生長			生長	真鍋	茂手木	大西

定休日

## 丸亀店【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 スタンダード60 (60分) 後藤			10:30～11:30 青中美人ヨガ (60分) 真鍋	10:30～11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 茂手木		10:30～11:30 スタンダード60 (60分) 大西	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (60分) 茂手木
12:15～13:15 スリムアッププレス (60分) 生長			12:00～13:00 小顎リフトビラティス (60分) 真鍋	12:00～13:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 真鍋		12:00～12:45 BEAT CORE HIIT (45分) 生長	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 真鍋
14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 後藤			13:30～14:30 スタンダード60 (60分) 大西	13:30～14:30 DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MIX～ (60分) 茂手木		13:30～14:30 花粉症スッキリヨガ (60分) 茂手木	14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 大西
15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 真鍋			17:00～18:00 子宮温活ヨガ (60分) 後藤	17:00～18:00 スタンダード60 (60分) 大西	17:00～18:00 はじめのパワーヨガ (全員様限定)(60分) 茂手木	17:00～18:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 真鍋	15:45～16:45 パワヨガAdvance (全員様限定)(60分) 茂手木
17:30～18:30 エアロビヨガ (60分) 真鍋			18:30～19:30 スタンダード60 (60分) 大西	18:30～19:30 スリムアッププレス (60分) 生長	18:30～19:30 小顎リフトビラティス (60分) 茂手木	18:30～19:30 ホットビラティス (60分) 真鍋	17:30～18:30 スタンダード60 (60分) 大西
19:00～20:00 花粉症スッキリヨガ (60分) 生長			20:00～21:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 後藤	20:00～21:00 リンパデトックスヨガ (60分) 後藤	20:00～21:00 スタンダード60 (60分) 後藤	20:00～21:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 茂手木	19:00～20:00 青中美人ヨガ (60分) 真鍋

## 丸亀店【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 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 後藤		10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 茂手木	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 後藤		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 茂手木	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 真鍋
12:15～13:15 子宮温活ヨガ (60分) 後藤		12:00～12:45 BEAT CORE HIIT (45分) 生長	12:00～13:00 スタンダード60 (60分) 大西		12:00～13:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 茂手木	12:15～13:15 スリムアッププレス (60分) 生長
14:00～15:00 ホットビラティス (60分) 真鍋		13:30～14:30 子宮温活ヨガ (60分) 後藤	13:30～14:30 青中美人ヨガ (60分) 真鍋		13:30～14:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 真鍋	14:00～15:00 腹トピューティー <sup>ヨガ</sup> (60分) 真鍋
15:45～16:45 スタンダード60 (60分) 大西		17:00～18:00 もも肩ヨガティス (60分) 真鍋	17:00～18:00 花粉症スッキリヨガ (60分) 生長	17:00～18:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 真鍋	17:00～18:00 リンパデトックスヨガ (60分) 後藤	15:45～16:45 DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MIX～ (60分) 茂手木
		18:30～19:30 花粉症スッキリヨガ (60分) 生長	18:30～19:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 茂手木	18:30～19:30 エアロビヨガ (60分) 真鍋	18:30～19:30 スタンダード60 (60分) 後藤	17:30～18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 茂手木
		20:00～21:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 真鍋	20:00～21:00 はじめのパワーヨガ (全員様限定)(60分) 茂手木	20:00～21:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 生長	20:00～21:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 後藤	19:00～20:00 スタンダード60 (60分) 後藤