

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 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 黒江	営業時間外	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 下西	10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分) 瀬川	10:30 ~ 11:30 育中美人ヨガ (60分) 黒江	定休日	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 福留	10:30 ~ 11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 福留				
12:15 ~ 13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 福留		12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 瀬川	12:15 ~ 13:15 花粉症スッキリヨガ (60分) 下西	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 瀬川		12:15 ~ 13:15 青龍矯正ヨガ (60分) 下西	12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 下西				
14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 福留		14:00 ~ 15:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 下西	14:00 ~ 15:00 もも尻ヨガティス (60分) 坂島	14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 黒江		14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) 福留	営業時間外				
営業時間外		営業時間外	15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 瀬川	15:45 ~ 16:45 子宮温活ヨガ (60分) 瀬川		営業時間外					
			17:30 ~ 18:30 腫れビューティー ヨガ(60分) 坂島	営業時間外							
			17:30 ~ 18:30 育中美人ヨガ (60分) 黒江					17:30 ~ 18:30 スタンダード 60 (60分) 戸野川			
			19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 黒江					19:15 ~ 20:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 黒江	19:15 ~ 20:15 子宮温活ヨガ (60分) 瀬川	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 戸野川	19:15 ~ 20:15 エアロピヨガ (60分) 福留
			21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 下西					21:00 ~ 22:00 腫れビューティー ヨガ(60分) 黒江	21:00 ~ 22:00 スタンダード 60 (60分) 黒江	21:00 ~ 22:00 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 戸野川	21:00 ~ 22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 黒江

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16				
木	金	土	日	月	火	水	木				
営業時間外	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) 下西	10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 黒江	10:30 ~ 11:30 花粉症スッキリヨガ (60分) 下西	定休日	10:30 ~ 11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 下西	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 黒江	営業時間外				
	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 下西	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 黒江	12:15 ~ 13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 黒江		12:15 ~ 13:15 育中美人ヨガ (60分) 福留	12:15 ~ 13:15 腫れビューティー ヨガ(60分) 黒江					
	14:00 ~ 15:00 育中美人ヨガ (60分) 黒江	14:00 ~ 15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 福留	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 下西		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 下西	14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 下西					
	営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 黒江		15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 黒江	営業時間外					
			17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 福留		営業時間外						
			17:30 ~ 18:30 もも尻ヨガティス (60分) 下西					17:30 ~ 18:30 スタンダード 60 (60分) 戸野川	17:30 ~ 18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 黒江		
			19:15 ~ 20:15 腫れビューティー ヨガ(60分) 黒江					19:15 ~ 20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 福留	19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 福留	19:15 ~ 20:15 スタンダード 60 (60分) 戸野川	19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 福留
			21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 黒江					21:00 ~ 22:00 免疫セラピーヨガ (60分) 福留	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 戸野川	21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) 福留	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 福留

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 背中美人ヨガ (60分) 黒江	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 福留	10:30 ~ 11:30 エアロビヨガ (60分) 福留	定休日	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 下西	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 田中	営業時間外	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 下西	
12:15 ~ 13:15 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 黒江	12:15 ~ 13:15 パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分) 福留	12:15 ~ 13:15 腫れビューティーヨガ (60分) 黒江		12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 福留	12:15 ~ 13:45 アドベンス90 (会員権限定) (90分) 下西		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 田中	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 田中
14:00 ~ 15:00 子宮温活ヨガ (60分) 飯島	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 黒江	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 福留		14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 下西	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 下西		14:00 ~ 15:00 花物産スキリヨガ (60分) 下西	14:00 ~ 15:00 花物産スキリヨガ (60分) 下西
17:30 ~ 18:30 全巻とのお腹たんぽぽヨガ (60分) 福留	15:45 ~ 16:45 二の腕引き締めヨガ (60分) 黒江	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 黒江		17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) 福留	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 戸野川		17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 福留	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 田中
19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) 飯島	17:30 ~ 18:30 子宮温活ヨガ (60分) 福留	17:30 ~ 18:30 特別レッスン (60分) 福留		19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 戸野川	19:15 ~ 20:15 腫れビューティーヨガ (60分) 黒江		19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 田中	19:15 ~ 20:15 背中美人ヨガ (60分) 福留
21:00 ~ 22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 福留	営業時間外	営業時間外		21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 田中	21:00 ~ 22:00 免疫セラピーヨガ (60分) 戸野川		21:00 ~ 22:00 癒せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 黒江	21:00 ~ 22:00 腫れビューティーヨガ (60分) 黒江

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 田口	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 下西	定休日	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 下西	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 黒江	営業時間外
12:15 ~ 13:15 美姿勢アンチエイジングヨガ (60分) 下西	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 下西		12:15 ~ 13:15 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 黒江	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 田中	
14:00 ~ 15:00 エアロビヨガ (60分) 田口	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 田口		14:00 ~ 15:00 癒せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 黒江	14:00 ~ 15:00 子宮温活ヨガ (60分) 福留	
15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 田中	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 田口		15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 田中	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 田中	
17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 下西	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 福留		17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 戸野川	17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) 福留	
営業時間外	営業時間外		19:15 ~ 20:15 パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分) 戸野川	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 福留	
営業時間外	営業時間外		21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 田中	21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) 下西	