

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	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
背中美人ヨガ (60分) 横山		青雲矯正ヨガ (60分) 小塩	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 岩本	滝汗ダレヨガ (60分) 横山		美ボディフローピラティス (60分) 岩本	スタンダード60 (60分) 田中		
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		
スタンダード60 (60分) 田中		滝汗ダレヨガ (60分) 横山	リンパデトックスヨガ (60分) 横山	スタンダード60 (60分) 田中		青雲矯正ヨガ (60分) 小塩	お腹引き締めヨガ (60分) 岩本		
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		
リンパデトックスヨガ (60分) 横山		全身とのお腹たまんまヨガ (60分) 横山	もも尻ヨガティス (60分) 岩本	二の腕引き締めヨガ (60分) 小塩		スタンダード60 (60分) 田中	営業時間外		
営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45		15:45 ~ 16:45		営業時間外	
				背中美人ヨガ (60分) 横山		肩こりリラックスヨガ (60分) 横山			
				17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30			
				青雲矯正ヨガ (60分) 小塩					
	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30					
	スタンダード60 (60分) 田中			お腹引き締めヨガ (60分) 岩本					
	19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15
	青雲矯正ヨガ (60分) 小塩			はじめてのホットピラティス (60分) 岩本	スタンダード60 (60分) 田中	滝汗ダレヨガ (60分) 横山			もも尻ヨガティス (60分) 岩本
	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00
	二の腕引き締めヨガ (60分) 小塩			眠れる体に整えるヨガ (60分) 岩本	みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 岩本	みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 岩本	スタンダード60 (60分) 田中		滝汗ダレヨガ (60分) 横山

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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 12:00	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外	
	Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 岩本	眠れる体に整えるヨガ (60分) 岩本	アドベンス90 (会員様限定) (90分) 菅原		リンパデトックスヨガ (60分) 小塩	もも尻ヨガティス (60分) 岩本		
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:30 ~ 13:30		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		
	肩こりリラックスヨガ (60分) 横山	美ボディフローピラティス (60分) 西村	腸活ヨガ ver.2 (60分) 岩本		スタンダード60 (60分) 田中	免疫セラピーヨガ (60分) 岩本		
	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		
	みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 岩本	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 岩本	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 菅原		二の腕引き締めヨガ (60分) 小塩	スタンダード60 (60分) 田中		
	営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45		15:45 ~ 16:30	営業時間外		営業時間外
			スタンダード60 (60分) 田中		Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩本			
			17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30			
			リンパデトックスヨガ (60分) 小塩					
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30					
二の腕引き締めヨガ (60分) 小塩			お腹引き締めヨガ (60分) 岩本					
19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15	
スタンダード60 (60分) 田中			背中美人ヨガ (60分) 横山	スタンダード60 (60分) 田中	二の腕引き締めヨガ (60分) 小塩		みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 岩本	
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	
美ボディフローピラティス (60分) 西村			リンパデトックスヨガ (60分) 横山	みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 岩本	みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 岩本		スタンダード60 (60分) 田中	

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 スタンダード60 (60分) 小塩	10:30 ~ 11:30 美ボディフローピラティス (60分) 西村	10:30 ~ 11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 岩本	定休日	10:30 ~ 11:30 育中美人ヨガ (60分) 横山	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 岩本	営業時間外	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 小塩	
12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 横山	12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 西村	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 岩本		12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 伊藤田	12:15 ~ 13:15 エアロピヨガ (60分) 岩本		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 小塩	
14:00 ~ 15:00 育中美人ヨガ (60分) 横山	14:00 ~ 15:00 全身とのお腹たまごヨガ (60分) 横山	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 田中		14:00 ~ 15:00 肩コリラックスヨガ (60分) 横山	営業時間外		14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 岩本	
営業時間外	15:45 ~ 16:45 肩コリラックスヨガ (60分) 横山	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 小塩		営業時間外			営業時間外	営業時間外
	17:30 ~ 18:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 小塩	営業時間外						
	17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) 岩本							
19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 岩本	営業時間外			19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 岩本			19:15 ~ 20:15 全身とのお腹たまごヨガ (60分) 横山	19:15 ~ 20:15 もも原ヨガティス (60分) 岩本
21:00 ~ 22:00 肩コリラックスヨガ (60分) 眞島		21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 眞島		21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 小塩			21:00 ~ 22:00 免疫セラピーヨガ (60分) 岩本	21:00 ~ 22:00 滝汗ダイエット (60分) 横山

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30		
土	日	月	火	水	木		
10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 岩本	10:30 ~ 11:30 小顔リフトピラティス (60分) 菅原	定休日	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 眞島 葉夏	10:30 ~ 11:30 滝汗ダイエット (60分) 横山	営業時間外		
12:15 ~ 13:15 肩コリラックスヨガ (60分) 横山	12:15 ~ 13:15 全身とのお腹たまごヨガ (60分) 横山		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 眞島 葉夏	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 菅原			
14:00 ~ 15:00 育中美人ヨガ (60分) 横山	14:00 ~ 15:00 もも原ヨガティス (60分) 田中 美来		14:00 ~ 15:00 滝汗ダイエット (60分) 横山	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 横山			
15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 岩本	15:45 ~ 16:45 滝汗ダイエット (60分) 横山		営業時間外	営業時間外		15:45 ~ 16:45 二の腕引き締めヨガ (60分) 小塩	
営業時間外	営業時間外					17:30 ~ 18:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 小塩	17:30 ~ 18:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 眞島
						17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 岩本	営業時間外
			19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 小塩	19:15 ~ 20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 小塩			
21:00 ~ 22:00 美ボディフローピラティス (60分) 岩本	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 岩本						