

03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 成瀬	定休日	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 満塩	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 満塩	営業時間外	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 安枝	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 満塩	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 満塩
12:15 ~ 13:15 滝汗ダイエット (60分) 安枝		12:15 ~ 13:15 全身とのお腹たんぽぽヨガ (60分) 満塩	12:15 ~ 13:15 Movie Heroine Yoga (45分) 満塩		12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 安枝	12:15 ~ 13:15 オトナののためのオールインワンヨガ (60分) 安枝	12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 成瀬
14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 成瀬		14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 村田	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 安枝		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 村田	14:00 ~ 15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 満塩	14:00 ~ 15:00 もも尻ヨガティス (60分) 村田
15:45 ~ 16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 安枝		17:30 ~ 18:30 花粉産スッキリヨガ (60分) 安枝	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 成瀬		17:00 ~ 18:00 美ボディフローピラティス (60分) 村田	17:30 ~ 18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 成瀬	15:45 ~ 16:45 美ボディフローピラティス (60分) 村田
営業時間外		19:15 ~ 20:15 もも尻ヨガティス (60分) 村田	19:15 ~ 20:15 お腹引き締めヨガ (60分) 安枝		18:45 ~ 20:15 EXパワーヨガ (会員様限定) (90分) 安枝	19:15 ~ 20:15 全身とのお腹たんぽぽヨガ (60分) 村田	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 成瀬
		20:50 ~ 21:50 オトナののためのオールインワンヨガ (60分) 安枝	20:50 ~ 21:50 免疫セラピーヨガ (60分) 成瀬		20:50 ~ 21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 村田	19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 成瀬	19:15 ~ 20:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 成瀬
						20:50 ~ 21:50 背中美人ヨガ (60分) 成瀬	17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 安枝
							19:15 ~ 20:15 オトナののためのオールインワンヨガ (60分) 安枝

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16		
月	火	水	木	金	土	日	月		
定休日	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 村田	10:30 ~ 11:30 もも尻ヨガティス (60分) 村田	営業時間外	10:30 ~ 11:30 エアロビヨガ (60分) 満塩	10:30 ~ 11:30 全身とのお腹たんぽぽヨガ (60分) 満塩	10:30 ~ 11:30 痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 満塩	定休日		
	12:15 ~ 13:15 美ボディフローピラティス (60分) 村田	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 成瀬		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 満塩	12:15 ~ 13:00 お腹引き締めヨガ (60分) 安枝	12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 安枝			
	14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) 成瀬	営業時間外		14:00 ~ 15:30 EXパワーヨガ (会員様限定) (90分) 安枝	14:00 ~ 15:00 美ボディフローピラティス (60分) 村田	14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 成瀬			
	営業時間外			17:00 ~ 18:30 アドバンス90 (会員様限定) (90分) 満塩	17:30 ~ 18:30 花粉産スッキリヨガ (60分) 満塩	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 村田		17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 安枝	15:45 ~ 16:45 花粉産スッキリヨガ (60分) 安枝
				19:15 ~ 20:15 滝汗ダイエット (60分) 安枝	19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 安枝	19:15 ~ 20:15 背中美人ヨガ (60分) 成瀬		19:15 ~ 20:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 成瀬	17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) 村田
				20:50 ~ 21:50 リンパデトックスヨガ (60分) 満塩	20:50 ~ 21:50 痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 満塩	20:50 ~ 21:50 免疫セラピーヨガ (60分) 成瀬		20:50 ~ 21:50 スタンダード60 (60分) 成瀬	19:15 ~ 20:15 オトナののためのオールインワンヨガ (60分) 安枝

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 12:00 EX/パワーヨガ (会員様限定) (90分) 安枝	10:30 ~ 11:30 全身ととのう 癒たまんまヨガ (60分) 村田	営業時間外	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 成瀬	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 成瀬	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) 村田	定休日	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) 成瀬	
12:45 ~ 13:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 安枝	12:15 ~ 13:15 滝汗ダイエット (60分) 安枝		12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) 成瀬	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 村田	12:15 ~ 13:15 花動産スッキリヨガ (60分) 安枝		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 成瀬	
14:30 ~ 15:30 エアロピヨガ (60分) 満塩	14:00 ~ 16:00 店舗限定WS 岩村		14:00 ~ 15:00 美ボディフロー ピラティス (60分) 村田	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 満塩	14:00 ~ 14:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 満塩		14:00 ~ 15:00 もも尻ヨガティス (60分) 村田	
営業時間外	営業時間外		15:45 ~ 16:45 全身ととのう 癒たまんまヨガ (60分) 満塩	15:45 ~ 16:45 背中美人ヨガ (60分) 成瀬	15:45 ~ 16:45 美ボディフロー ピラティス (60分) 村田		営業時間外	
			17:30 ~ 18:30 もも尻ヨガティス (60分) 村田	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 村田				
			19:15 ~ 20:00 Movie Heroine Yoga (45分) 満塩	19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 満塩				
			17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) 成瀬	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 成瀬	17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 安枝			17:30 ~ 18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 安枝
19:15 ~ 20:15 全身ととのう 癒たまんまヨガ (60分) 満塩	19:15 ~ 20:15 癒せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 満塩		19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 安枝	営業時間外	営業時間外		営業時間外	19:15 ~ 20:15 美ボディフロー ピラティス (60分) 村田
20:50 ~ 21:50 背中美人ヨガ (60分) 成瀬	20:50 ~ 21:50 眠れる体に癒えるヨガ (60分) 成瀬		20:50 ~ 21:50 スタンダード60 (60分) 成瀬					20:50 ~ 21:50 お腹引き締めヨガ (60分) 安枝

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31		
水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30 眠れる体に癒えるヨガ (60分) 成瀬	営業時間外	10:30 ~ 11:30 美ボディフロー ピラティス (60分) 村田	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 村田	10:30 ~ 11:30 滝汗ダイエット (60分) 安枝	定休日	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 成瀬		
12:15 ~ 13:00 Movie Heroine Yoga (45分) 満塩		12:15 ~ 13:15 全身ととのう 癒たまんまヨガ (60分) 村田	12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) 成瀬	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 満塩		12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) 成瀬		
営業時間外		営業時間外	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 安枝	14:00 ~ 15:00 花動産スッキリヨガ (60分) 安枝		14:00 ~ 15:00 美ボディフロー ピラティス (60分) 村田	14:00 ~ 15:00 全身ととのう 癒たまんまヨガ (60分) 安枝	
			15:45 ~ 16:45 もも尻ヨガティス (60分) 村田	15:45 ~ 16:45 全身ととのう 癒たまんまヨガ (60分) 満塩		営業時間外	営業時間外	
			17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 安枝	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 成瀬				
			19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 成瀬	17:30 ~ 18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 満塩				
17:30 ~ 18:30 もも尻ヨガティス (60分) 村田		17:30 ~ 18:30 アドベンス90 (会員様限定) (90分) 満塩	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 満塩	17:30 ~ 18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 満塩				
19:15 ~ 20:15 滝汗ダイエット (60分) 安枝		19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 成瀬	19:15 ~ 20:15 花動産スッキリヨガ (60分) 安枝	営業時間外		営業時間外	営業時間外	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 村田
20:50 ~ 21:50 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 村田		20:50 ~ 21:50 花動産スッキリヨガ (60分) 満塩	20:50 ~ 21:50 癒せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 満塩					20:50 ~ 21:50 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 安枝

