

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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
エアロピヨガ (60分) 榎本	スタンダード60 (60分) 榎本	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 細川	免疫セラピーヨガ (60分) 荒牧	はじめてのホットピラティス (60分) 細川		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 細川	肩コリラックスヨガ (60分) 荒牧
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
全身とのお腹たまんまヨガ (60分) 榎本	Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成	スタンダード60 (60分) 平川	痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 岩成	リンパデトックスヨガ (60分) 榎本		はじめてのホットピラティス (60分) 細川	Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 榎本
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:45 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00		13:30 ~ 14:30	
痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 岩成	リンパデトックスヨガ (60分) 榎本	セルトル美脚ヨガ (60分) 細川	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 岩成	セルトル美脚ヨガ (60分) 細川		スタンダード60 (60分) 榎本	
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:45 ~ 17:15		15:00 ~ 16:00	
花物産スッキリヨガ (60分) 岩成	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 岩成	肩コリラックスヨガ (60分) 平川	Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 榎本	アドバンス90 (会員様限定) (90分) 岩成		リンパデトックスヨガ (60分) 榎本	営業時間外
営業時間外	営業時間外	営業時間外	17:15 ~ 18:15 肩コリラックスヨガ (60分) 平川	営業時間外		営業時間外	営業時間外
			19:00 ~ 20:00 全身とのお腹たまんまヨガ (60分) 榎本				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 榎本	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 細川	ピラティスブートキャンプ (45分) 榎本				全身とのお腹たまんまヨガ (60分) 榎本	免疫セラピーヨガ (60分) 平川
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
リンパデトックスヨガ (60分) 榎本	セルトル美脚ヨガ (60分) 細川	オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 榎本				みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 榎本	お腹引き締めヨガ (60分) 榎本
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 平川	免疫セラピーヨガ (60分) 平川	お腹引き締めヨガ (60分) 榎本				セルトル美脚ヨガ (60分) 平川	骨盤矯正ヨガ (60分) 榎本

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
木	金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
もも尻ヨガティス (60分) 榎本	全身とのお腹たまんまヨガ (60分) 榎本	エアロピヨガ (60分) 榎本	免疫セラピーヨガ (60分) 平川		全身とのお腹たまんまヨガ (60分) 榎本	お腹引き締めヨガ (60分) 榎本	免疫セラピーヨガ (60分) 平川
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
スタンダード60 (60分) 細川	骨盤矯正ヨガ (60分) 榎本	オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 榎本	Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成		みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 榎本	骨盤矯正ヨガ (60分) 榎本	セルトル美脚ヨガ (60分) 平川
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:45 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 榎本	お腹引き締めヨガ (60分) 榎本	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 細川	スタンダード60 (60分) 平川		痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 岩成		オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 榎本
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00
子宮温活ヨガ (60分) 岩成	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 平川	花物産スッキリヨガ (60分) 岩成	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 細川		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 岩成	営業時間外	お腹引き締めヨガ (60分) 榎本
営業時間外	営業時間外	17:15 ~ 18:15 痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 岩成	営業時間外		営業時間外	営業時間外	営業時間外
		19:00 ~ 20:00 肩コリラックスヨガ (60分) 平川					
17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
お腹引き締めヨガ (60分) 榎本	花物産スッキリヨガ (60分) 岩成				スタンダード60 (60分) 榎本	アドバンス90 (会員様限定) (90分) 岩成	スタンダード60 (60分) 細川
19:00 ~ 20:00	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
リンパデトックスヨガ (60分) 榎本	スタンダード60 (60分) 平川				お腹引き締めヨガ (60分) 榎本	肩コリラックスヨガ (60分) 平川	痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 岩成
20:30 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
アドバンス90 (会員様限定) (90分) 岩成	痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) 岩成				子宮温活ヨガ (60分) 細川	スタンダード60 (60分) 平川	花物産スッキリヨガ (60分) 岩成

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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 12:00	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	肩こりリラックスヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)		アドランス90 (会員様限定) (90分)	リンパデトックスヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	
細川	平川	榎本		岩成	榎井	荒牧	榎井	
12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
スタンダード60 (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	もも尻ヨガティス (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	
平川	細川	榎本		岩成	榎井	細川	榎井	
13:30 ~ 14:30	13:45 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
もも尻ヨガティス (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	スタンダード60 (60分)	
細川	平川	岩成		岩成	榎井	細川	平川	
15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45		15:30 ~ 16:30	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
肩こりリラックスヨガ (60分)	ピラティス フットキャンブ (45分)	子宮温活ヨガ (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	
平川	榎本	岩成		榎井	細川	榎井	細川	
営業時間外	17:15 ~ 18:15	営業時間外		営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外
	全身ととのう 褒たまんまヨガ (60分)							
	榎本							
	19:00 ~ 20:00							
痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)								
岩成								
18:00 ~ 19:00	営業時間外		営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外
お腹引き締めヨガ (60分)								
榎井								
19:30 ~ 20:30								
リンパデトックスヨガ (60分)	営業時間外		営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外
榎井								
21:00 ~ 22:00								
はじめてのホットピラティス (60分)								
細川	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	
お腹引き締めヨガ (60分)								
子宮温活ヨガ (60分)								
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)								
細川	平川	榎井	平川	平川	平川	平川		
19:30 ~ 20:30	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	
スタンダード60 (60分)								
榎井								
21:00 ~ 22:00								
セルトル美脚ヨガ (60分)	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	
榎井								
21:00 ~ 22:00								
もも尻ヨガティス (60分)								
細川	細川	細川	細川	細川	細川	細川		
21:00 ~ 22:00	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	
セルトル美脚ヨガ (60分)								
榎井								
21:00 ~ 22:00								
セルトル美脚ヨガ (60分)	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	
榎井								
21:00 ~ 22:00								
免疫セラピーヨガ (60分)								
細川	平川	榎井	平川	平川	平川	平川		

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30	
土	日	月	火	水	木	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
はじめてのホットピラティス (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)	肩こりリラックスヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	
細川	榎本		榎井	平川	平川	
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:00 ~ 13:00	
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	エアロビヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	スタンダード60 (60分)	肩こりリラックスヨガ (60分)	
平川	榎本		榎井	平川	平川	
13:45 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00		13:30 ~ 14:30	13:45 ~ 14:45	13:30 ~ 14:30	
セルトル美脚ヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		全身ととのう 褒たまんまヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	
細川	細川		榎本	榎井	榎井	
15:30 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45		15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:00 ~ 16:00	
免疫セラピーヨガ (60分)	もも尻ヨガティス (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	
平川	榎本		榎本	榎井	平川	
17:15 ~ 18:15	営業時間外		営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外
エアロビヨガ (60分)						
榎本						
19:00 ~ 20:00						
スタンダード60 (60分)	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	
中村						
18:00 ~ 19:00						
滝汗ダイエット (60分)						
榎本	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	
19:30 ~ 20:30						
骨盤矯正ヨガ (60分)						
榎本						
21:00 ~ 22:00	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	
リンパデトックスヨガ (60分)						
榎井						
21:00 ~ 21:45						
ピラティス フットキャンブ (45分)	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	
榎本						
18:00 ~ 19:00						
スタンダード60 (60分)						
榎井	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	
19:30 ~ 20:30						
みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)						
榎本						