

【 01/01 ~ 01/08 】		スケジュール					
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
木	金	土	日	月	火	水	木
年末年始休業	年末年始休業	営業時間外	営業時間外	定休日	営業時間外	営業時間外	営業時間外
					10:30 ~ 11:30 ポーラルを作るため ゆがみひとりヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30 エアロヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30 みんな変わる 姿勢ピラティス (60分)
					村田	満塁	満塁
					12:15 ~ 13:00 Movie Heroine Yoga (45分)	12:15 ~ 13:15 リンパテックストヨガ (60分)	12:15 ~ 13:15 スリムアップブレス (60分)
					満塁	満塁	村田
					14:00 ~ 15:00 みんな変わる 姿勢ピラティス (60分)	14:00 ~ 15:00 はじめのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	14:00 ~ 15:00 はじめのパワーヨガ (会員様限定) (60分)
					満塁	村田	安枝
					15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分)	15:45 ~ 16:45 BEAT CORE HIIT (45分)	15:45 ~ 16:45 BEAT CORE HIIT (45分)
					成績	満塁	満塁
					17:30 ~ 18:30 達成ダイナミックヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30 開拓ヨガ ver.2 (60分)	17:00 ~ 18:00 スタンダード60 (60分)
					安枝	成績	免疫セラビーヨガ (60分)
年末年始休業	年末年始休業	営業時間外	営業時間外	定休日	19:15 ~ 20:15 眠れる体に整えるヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15 眠れる体に整えるヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15 アロマリラクゼーション FRUITY DIET (60分)
					成績	成績	成績
					19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分)	19:15 ~ 20:15 免疫セラビーヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15 免疫セラビーヨガ (60分)
					成績	成績	村田
					20:50 ~ 21:50 達成ダイナミックヨガ (60分)	20:50 ~ 21:50 EXパワーヨガ (会員様限定) (90分)	20:50 ~ 21:50 もも肩ヨガティス (60分)
年末年始休業	年末年始休業	営業時間外	営業時間外	定休日	安枝	安枝	村田

【 01/25 ~ 01/30 】		スケジュール				2026/01/24	更新
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31	
日	月	火	水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30 はじめのパワーヨガ (会員枠固定) (60分)	定休日	10:30 ~ 11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分)	営業時間外	10:30 ~ 11:30 美ボディブロー ビティライス (60分)	10:30 ~ 11:30 ボールでやるため 伸びがいいヨガ (60分)	
安校		成績	成績		村田	村田	
12:15 ~ 13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分)	12:15 ~ 13:15 肩活ヨガ ver.2 (60分)		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	
満塁		成績	成績		村田	満塁	
14:00 ~ 15:00 エアーピヨガ (60分)		14:00 ~ 15:30 EXパワーヨガ (会員枠固定) (90分)	14:00 ~ 15:00 Movie Heroine Yoga (45分)		14:00 ~ 15:00 肩コリラックスヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	
満塁		安校	満塁		安校	村田	
15:45 ~ 16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分)					15:45 ~ 16:30 Movie Heroine Yoga (45分)	満塁	
安校					17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分)	成績	
					19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分)	成績	
					20:50 ~ 21:50 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)	
					20:50 ~ 21:50 肩コリラックスヨガ (60分)	スリムアップブレス (60分)	
					20:50 ~ 21:50 安校	村田	
					20:50 ~ 21:50 安校	成績	
					20:50 ~ 21:50 村田	成績	