

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				
Sound Feel Yoga ver.2(60分) 野村		スタンダード60 (60分) 中村	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 田中	もも原ヨガティス (60分) 田中		はじめてのホットピラティス (60分) 野村	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 西畑				
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15			
ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 野村		BEAT CORE HIIT (45分) 田中	骨盤矯正ヨガ (60分) 野村	スタンダード60 (60分) 中村		子宮温活ヨガ (60分) 田中	Sound Feel Yoga ver.2(60分) 野村				
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 14:45		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00			
スタンダード60 (60分) 中村		もも原ヨガティス (60分) 西畑	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 田中	BEAT CORE HIIT (45分) 田中		二の脚引き締めヨガ (60分) 西畑	営業時間外				
営業時間外		営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		15:45 ~ 16:45		営業時間外	営業時間外		
			Sound Feel Yoga ver.2(60分) 野村	Sound Feel Yoga ver.2(60分) 野村		全身ととのう 褒たまんまヨガ (60分) 田中					
			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30							
			はじめてのホットピラティス (60分) 野村								
	16:45 ~ 17:45		16:45 ~ 17:45	16:45 ~ 17:45	16:45 ~ 17:45	16:45 ~ 17:45				16:45 ~ 17:45	16:45 ~ 17:45
	パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分) 田中		スタンダード60 (60分) 中村	スタンダード60 (60分) 中村	もも原ヨガティス (60分) 田中	BEAT CORE HIIT (45分) 田中				BEAT CORE HIIT (45分) 田中	
	18:30 ~ 19:30		18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30				18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30
	お腹引き締めヨガ (60分) 野村		ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 野村	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 田中	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 田中	お腹引き締めヨガ (60分) 野村				スタンダード60 (60分) 中村	スタンダード60 (60分) 中村
	20:15 ~ 21:15		20:15 ~ 21:15	20:15 ~ 21:15	20:15 ~ 21:15	20:15 ~ 21:15				20:15 ~ 21:15	20:15 ~ 21:15
	スタンダード60 (60分) 中村		セルトル美脚ヨガ (60分) 田中	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 西畑	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 西畑	アドバンス90 (会員権限定) (90分) 西畑	眠れる体に整えるヨガ (60分) 田中			眠れる体に整えるヨガ (60分) 田中	

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 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外				
	BEAT CORE HIIT (45分) 田中	スタンダード60 (60分) 中村	骨盤矯正ヨガ (60分) 野村		スタンダード60 (60分) 中村	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 野村					
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15			
	全身ととのう 褒たまんまヨガ (60分) 田中	骨中興人ヨガ (60分) 西畑	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 田中		お腹引き締めヨガ (60分) 野村	スタンダード60 (60分) 野村					
	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00			
	骨盤矯正ヨガ (60分) 野村	もも原ヨガティス (60分) 西畑	Sound Feel Yoga ver.2(60分) 野村		スタンダード60 (60分) 中村	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 西畑					
	営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45		15:45 ~ 16:45	営業時間外		営業時間外	営業時間外		
			スタンダード60 (60分) 中村		眠れる体に整えるヨガ (60分) 田中						
			17:30 ~ 18:15		17:30 ~ 18:15						
			脚トレビューティー ヨガ (60分) 田中								
16:45 ~ 17:45			16:45 ~ 17:45	16:45 ~ 17:45	16:45 ~ 17:45		16:45 ~ 17:45			16:45 ~ 17:45	
全身ととのう 褒たまんまヨガ (60分) 田中			スタンダード60 (60分) 中村	スタンダード60 (60分) 中村	Sound Feel Yoga ver.2(60分) 野村		スタンダード60 (60分) 中村			スタンダード60 (60分) 中村	
18:30 ~ 19:30			18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30		18:30 ~ 19:30			18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30
パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分) 田中			ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 野村	はじめてのホットピラティス (60分) 野村	はじめてのホットピラティス (60分) 野村		スタンダード60 (60分) 中村			Sound Feel Yoga ver.2(60分) 野村	
20:15 ~ 21:15			20:15 ~ 21:15	20:15 ~ 21:15	20:15 ~ 21:15		20:15 ~ 21:15			20:15 ~ 21:00	20:15 ~ 21:15
スタンダード60 (60分) 中村			Sound Feel Yoga ver.2(60分) 野村	スタンダード60 (60分) 中村	スタンダード60 (60分) 中村		スタンダード60 (60分) 中村			Beat Drum Diet 3.0 (45分) 西畑	骨盤矯正ヨガ (60分) 野村

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 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 西畑	10:30 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 西畑	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 中村	定休日	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 野村	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 西畑	営業時間外	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 中村					
12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 西畑	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 中村	12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 野村		12:15 ~ 13:15 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 西畑	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 西畑		12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 西畑					
14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) 榎本	14:00 ~ 15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 野村	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 中村		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 中村	営業時間外		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00 もも尻ヨガティス (60分) 西畑				
営業時間外	15:45 ~ 16:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 野村	15:45 ~ 16:45 骨盤矯正ヨガ (60分) 野村		営業時間外			16:45 ~ 17:45 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 野村	16:45 ~ 17:45 スタンダード60 (60分) 中村	16:45 ~ 17:45 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 西畑	16:45 ~ 17:45 骨盤矯正ヨガ (60分) 野村		
	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 中村	営業時間外					18:30 ~ 19:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 野村	18:30 ~ 19:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 野村	18:30 ~ 19:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 平川	18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) 中村		
	16:45 ~ 17:30 ピラティス ブートキャンプ (45分) 榎本						営業時間外	20:15 ~ 21:15 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) 中村	20:15 ~ 21:15 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	20:15 ~ 21:15 免疫セブピーヨガ (60分) 平川	20:15 ~ 21:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 野村
18:30 ~ 19:30 全身ととのう 疲れたまんまヨガ (60分) 榎本	営業時間外							営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30		
土	日	月	火	水	木		
10:30 ~ 11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 岩成	10:30 ~ 12:00 アドバンス90 (会員様限定) (90分) 西畑	定休日	10:30 ~ 11:30 リンパドレナージュ (60分) 福井	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 中村	営業時間外		
12:15 ~ 13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 野村	12:30 ~ 13:30 スタンダード60 (60分) 中村		12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 西畑	12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 藤山			
14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 岩成	14:00 ~ 15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 野村		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 西畑	14:00 ~ 15:00 子宮温活ヨガ (60分) 岩成			
15:45 ~ 16:45 眠れる体に整えるヨガ (60分) 岩成	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 中村		営業時間外	15:30 ~ 17:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 岩成		17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 中村	
17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 野村	営業時間外			16:45 ~ 17:45 お腹引き締めヨガ (60分) 福井		営業時間外	16:45 ~ 17:45 スタンダード60 (60分) 中村
営業時間外				18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) 中村			18:30 ~ 19:30 もも尻ヨガティス (60分) 西畑
				20:15 ~ 21:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 野村			20:15 ~ 21:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 野村