

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24						
日	月	火	水	木	金	土	日						
10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) M.Yasuha	定休日	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) N.Rea	10:30 ~ 11:30 スリムアッププレス (60分) M.Yasuha	営業時間外	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) N.Rea	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) M.Miaki	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) Y.Suzuka						
12:15 ~ 13:15 美ボディフローピラティス (60分) M.Yasuha		12:00 ~ 13:00 背中美人ヨガ (60分) N.Rea	12:00 ~ 13:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) N.Rea		12:00 ~ 13:00 全身ととのう寝たまんまヨガ (60分) M.Miaki	12:00 ~ 13:00 全身ととのう寝たまんまヨガ (60分) M.Miaki	12:15 ~ 13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) N.Rea	12:15 ~ 13:00 BEAT CORE HIIT (45分) M.Miaki					
14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) N.Rea		13:30 ~ 14:30 はじめてのホットピラティス (60分) M.Yasuha	営業時間外		営業時間外	13:30 ~ 14:30 免疫セラピーヨガ (60分) N.Rea	14:00 ~ 14:45 BEAT CORE HIIT (45分) M.Miaki	14:00 ~ 15:00 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) M.Miaki					
15:45 ~ 16:45 眠れる体に整えるヨガ (60分) N.Rea		15:00 ~ 16:00 スタンダード60 (60分) Y.Suzuka				15:00 ~ 16:00 小顔リフトピラティス (60分) Y.Tomoka	15:00 ~ 16:00 小顔リフトピラティス (60分) Y.Tomoka	15:45 ~ 16:45 全身ととのう寝たまんまヨガ (60分) Y.Tomoka	15:45 ~ 16:30 スタンダード60 (60分) Y.Suzuka				
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	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) Y.Tomoka	営業時間外			
									19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) Y.Suzuka				
									18:00 ~ 19:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) Y.Tomoka		18:00 ~ 19:00 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) M.Miaki	18:00 ~ 19:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) M.Yasuha	18:00 ~ 19:00 リンパデトックスヨガ (60分) M.Miaki
									19:30 ~ 20:30 もも原ヨガティス (60分) M.Yasuha		19:30 ~ 20:30 スタンダード60 (60分) Y.Suzuka	19:30 ~ 20:30 お腹引き締めヨガ (60分) Y.Tomoka	19:30 ~ 20:30 スタンダード60 (60分) Y.Suzuka
									20:50 ~ 21:35 Beat Drum Diet 3.0 (45分) Y.Tomoka		20:50 ~ 21:50 骨盤矯正ヨガ (60分) Y.Tomoka	20:50 ~ 21:50 小顔リフトピラティス (60分) Y.Tomoka	20:50 ~ 21:50 パワーヨガAdvance (会員権限定) (60分) Y.Tomoka

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31						
月	火	水	木	金	土	日						
定休日	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) Y.Suzuka	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) I.Aoi	営業時間外	10:30 ~ 11:30 美ボディフローピラティス (60分) M.Yasuha	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) M.Miaki	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) N.Rea						
	12:00 ~ 13:00 パワーヨガAdvance (会員権限定) (60分) Y.Tomoka	12:00 ~ 12:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) Y.Tomoka		12:00 ~ 13:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) N.Rea	12:00 ~ 13:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) N.Rea	12:15 ~ 13:25 ディーププレスヨガ (70分) M.Miaki	12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) Y.Tomoka					
	13:30 ~ 14:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) M.Miaki	13:30 ~ 14:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) N.Rea		営業時間外	13:30 ~ 14:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) M.Miaki	13:30 ~ 14:30 背中美人ヨガ (60分) N.Rea	14:00 ~ 15:00 美ボディフローピラティス (60分) M.Yasuha					
	15:00 ~ 16:00 免疫セラピーヨガ (60分) N.Rea	営業時間外			15:00 ~ 15:45 BEAT CORE HIIT (45分) M.Miaki	15:45 ~ 16:45 もも原ヨガティス (60分) M.Yasuha	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) Y.Suzuka					
	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	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) Y.Suzuka			
									19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) M.Yasuha			
									18:00 ~ 19:00 お腹引き締めヨガ (60分) Y.Tomoka	18:00 ~ 19:00 小顔リフトピラティス (60分) Y.Tomoka	17:30 ~ 19:00 アドニス90 (会員権限定) (90分) M.Miaki	18:00 ~ 19:00 骨盤矯正ヨガ (60分) Y.Tomoka
									19:30 ~ 20:30 リンパデトックスヨガ (60分) M.Miaki	19:30 ~ 20:30 背中美人ヨガ (60分) N.Rea	19:30 ~ 20:30 スタンダード60 (60分) Y.Suzuka	19:30 ~ 20:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) Y.Tomoka
									20:50 ~ 21:50 スタンダード60 (60分) N.Rea	20:50 ~ 21:50 免疫セラピーヨガ (60分) N.Rea	20:50 ~ 21:50 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) M.Miaki	20:50 ~ 21:50 スタンダード60 (60分) Y.Suzuka