

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Juri	10:30 ~ 11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) A.Juri	10:30 ~ 11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) H.Mina	10:30 ~ 11:30 エアロピヨガ (60分) E.Haruka	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Juri	10:30 ~ 11:30 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) H.Mai	定休日
	12:00 ~ 13:00 肩コリラックスヨガ (60分) A.Juri	12:00 ~ 13:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Juri	12:00 ~ 13:00 リンパデトックスヨガ (60分) E.Haruka	12:00 ~ 13:00 小顔リフトピラティス (60分) E.Haruka	12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) H.Mai	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) H.Mai	
	13:30 ~ 14:30 スタンダード60 (60分) S.Yumina	13:30 ~ 14:30 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) H.Mai	13:30 ~ 14:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) H.Mina	13:30 ~ 14:30 骨盤矯正ヨガ (60分) E.Haruka	14:00 ~ 15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) H.Mina	14:00 ~ 15:00 エアロピヨガ (60分) E.Haruka	
	15:00 ~ 16:00 お腹引き締めヨガ (60分) H.Mina	15:00 ~ 16:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) H.Mai	15:00 ~ 16:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) E.Haruka	15:00 ~ 16:00 スタンダード60 (60分) S.Yumina	15:30 ~ 16:30 免疫セラピーヨガ (60分) H.Mai	15:45 ~ 16:45 金身ととう 癒たまんまヨガ (60分) E.Haruka	
	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	17:15 ~ 18:15 お腹引き締めヨガ (60分) H.Mina	営業時間外	
	18:00 ~ 19:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) H.Mina	18:00 ~ 19:00 お腹引き締めヨガ (60分) H.Mina	18:00 ~ 19:00 スタンダード60 (60分) S.Yumina	18:00 ~ 19:00 免疫セラピーヨガ (60分) H.Mai	19:00 ~ 20:00 スタンダード60 (60分) S.Yumina		
	19:30 ~ 20:30 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) H.Mai	19:30 ~ 20:30 スタンダード60 (60分) S.Yumina	19:30 ~ 20:30 もも尻ヨガティス (60分) E.Haruka	19:30 ~ 20:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) H.Mai	21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) H.Mai		
	21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) H.Mai	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) H.Mina	21:00 ~ 22:00 金身ととう 癒たまんまヨガ (60分) E.Haruka	21:00 ~ 22:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) H.Mai			

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) H.Mina	10:30 ~ 11:30 金身ととう 癒たまんまヨガ (60分) E.Haruka	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) E.Haruka	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) O.Mizuki	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) E.Haruka	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) O.Mizuki	定休日	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) H.Mai
12:00 ~ 13:00 スタンダード60 (60分) A.Juri	12:00 ~ 13:00 骨盤矯正ヨガ (60分) E.Haruka	12:00 ~ 13:00 もも尻ヨガティス (60分) E.Haruka	12:00 ~ 13:00 肩コリラックスヨガ (60分) O.Mizuki	12:15 ~ 13:15 金身ととう 癒たまんまヨガ (60分) E.Haruka	12:15 ~ 13:15 肩コリラックスヨガ (60分) O.Mizuki		12:00 ~ 13:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) H.Mai
13:30 ~ 14:30 リンパデトックスヨガ (60分) H.Mina	営業時間外	13:30 ~ 14:30 スタンダード60 (60分) S.Yumina	13:30 ~ 14:30 お腹引き締めヨガ (60分) H.Mina	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) H.Mina	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) H.Mai		13:30 ~ 14:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) E.Haruka
15:00 ~ 16:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) H.Mina		15:00 ~ 16:00 はじめてのホットピラティス (60分) E.Haruka	15:00 ~ 16:00 骨盤矯正ヨガ (60分) E.Haruka	15:30 ~ 16:30 美ボディフー ピラティス (60分) E.Haruka	15:45 ~ 16:45 セルトル美脚ヨガ (60分) H.Mai		15:00 ~ 16:00 骨盤矯正ヨガ (60分) E.Haruka
営業時間外		営業時間外	営業時間外	17:15 ~ 18:15 スタンダード60 (60分) S.Yumina	19:00 ~ 20:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) H.Mina		営業時間外
18:00 ~ 19:00 骨盤矯正ヨガ (60分) E.Haruka	18:00 ~ 19:00 スタンダード60 (60分) S.Yumina	18:00 ~ 19:00 小顔リフトピラティス (60分) E.Haruka	18:00 ~ 19:00 金身ととう 癒たまんまヨガ (60分) E.Haruka	営業時間外	営業時間外		18:00 ~ 19:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) H.Mina
19:30 ~ 20:30 背中美人ヨガ (60分) E.Haruka	19:30 ~ 20:30 肩コリラックスヨガ (60分) H.Mai	19:30 ~ 20:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) H.Mina	19:30 ~ 20:30 リンパデトックスヨガ (60分) H.Mina				19:30 ~ 20:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) E.Haruka
21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) S.Yumina	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) H.Mai	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) H.Mina	21:00 ~ 22:00 エアロピヨガ (60分) E.Haruka				21:00 ~ 22:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) H.Mina

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
美ボディフロー ピラティス (60分) E.Haruka	オトナのための オールインワンヨガ (60分) H.Mina	肩コリリラックスヨガ (60分) O.Mizuki	オトナのための オールインワンヨガ (60分) H.Mina	セトル美脚ヨガ (60分) H.Mai		美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) A.Juri	オトナのための オールインワンヨガ (60分) H.Mina
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
スタンダード60 (60分) S.Yumina	お腹引き締めヨガ (60分) H.Mina	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) O.Mizuki	はじめてのホットピラティス (60分) E.Haruka	スタンダード60 (60分) S.Yumina		はじめてのパワーヨガ (食具採搬定)(60分) A.Juri	青盤産前トレーニングヨガ (60分) H.Mai
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		13:30 ~ 14:30	
背中美人ヨガ (60分) E.Haruka	リンパデトックスヨガ (60分) H.Mina	免疫セラピーヨガ (60分) H.Mai	セトル美脚ヨガ (60分) H.Mai	青盤産前トレーニングヨガ (60分) H.Mai		肩コリリラックスヨガ (60分) O.Mizuki	
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45		15:00 ~ 16:00	
オトナのための オールインワンヨガ (60分) H.Mina	スタンダード60 (60分) S.Yumina	もも尻ヨガティス (60分) E.Haruka	リンパデトックスヨガ (60分) H.Mina	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) H.Mai		スタンダード60 (60分) S.Yumina	営業 時間外
営業 時間外	営業 時間外	営業 時間外	17:15 ~ 18:00 ピラティス フットキャンブ (45分) E.Haruka		定休日	営業 時間外	
			19:00 ~ 20:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) H.Mai				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		営業 時間外		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
青盤産前トレーニングヨガ (60分) H.Mai	全身とのお 腹たまんまヨガ (60分) E.Haruka	はじめてのホットピラティス (60分) E.Haruka				スタンダード60 (60分) S.Yumina	背中美人ヨガ (60分) E.Haruka
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) H.Mai	セトル美脚ヨガ (60分) H.Mai	スタンダード60 (60分) S.Yumina				お腹引き締めヨガ (60分) H.Mina	スタンダード60 (60分) S.Yumina
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
お腹引き締めヨガ (60分) H.Mina	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) H.Mai	青盤産前ヨガ (60分) E.Haruka				リンパデトックスヨガ (60分) H.Mina	全身とのお 腹たまんまヨガ (60分) E.Haruka

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	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) E.Haruka	スタンダード60 (60分) H.Mina	免疫セラピーヨガ (60分) H.Mai	スタンダード60 (60分) S.Yumina		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) H.Mai
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:00
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) O.Mizuki	セトル美脚ヨガ (60分) H.Mai	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) H.Mai	リンパデトックスヨガ (60分) H.Mina		肩コリリラックスヨガ (60分) H.Mai
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		13:30 ~ 14:30
小顔リフトピラティス (60分) E.Haruka	オトナのための オールインワンヨガ (60分) H.Mina	Sound Feel Yoga ver.2(60分) E.Haruka	オトナのための オールインワンヨガ (60分) H.Mina		美ボディフロー ピラティス (60分) E.Haruka
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45		15:00 ~ 16:00
リンパデトックスヨガ (60分) E.Haruka	青盤産前トレーニングヨガ (60分) H.Mai	全身とのお 腹たまんまヨガ (60分) E.Haruka	お腹引き締めヨガ (60分) H.Mina		リンパデトックスヨガ (60分) H.Mina
営業 時間外	営業 時間外	17:15 ~ 18:15 青盤産前トレーニングヨガ (60分) H.Mai		定休日	営業 時間外
		19:00 ~ 20:00 はじめてのホットピラティス (60分) E.Haruka			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		営業 時間外		18:00 ~ 19:00
免疫セラピーヨガ (60分) H.Mai	スタンダード60 (60分) S.Yumina				みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) E.Haruka
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30
青盤産前トレーニングヨガ (60分) H.Mai	背中美人ヨガ (60分) E.Haruka				リンパデトックスヨガ (60分) H.Mina
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00
お腹引き締めヨガ (60分) H.Mina	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) E.Haruka				アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) H.Mai