

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) N.Kanon	10:30 ~ 11:30 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) N.Kanon	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) N.Kanako	定休日	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) N.Ayumi	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) N.Kanon	営業時間外	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) N.Kanako
12:15 ~ 13:15 パワーヨガ Advance (金具稼働定) (60分) N.Ayumi	12:15 ~ 13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) N.Ayumi	12:15 ~ 13:15 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) N.Kanon		12:15 ~ 13:15 二の腕引き締めヨガ (60分) N.Ayumi	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) N.Kanako		12:15 ~ 13:15 肩コリラックスヨガ (60分) N.Ayumi
14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) N.Kanako	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) N.Kanon	14:00 ~ 15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) N.Kanon		14:00 ~ 15:00 パワーヨガ Advance (金具稼働定) (60分) N.Ayumi	14:00 ~ 15:00 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) N.Kanon		14:00 ~ 15:00 もも尻ヨガティス (60分) N.Ayumi
16:45 ~ 17:45 青盤矯正ヨガ (60分) N.Kanon	15:45 ~ 16:45 お腹引き締めヨガ (60分) N.Kanon	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) N.Kanako		15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) N.Kanako	15:45 ~ 16:45 はじめてのホットピラティス (60分) N.Kanon		16:45 ~ 17:45 パワーヨガ Advance (金具稼働定) (60分) N.Ayumi
18:30 ~ 19:30 もも尻ヨガティス (60分) N.Ayumi	18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) N.Kanako	18:30 ~ 19:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) N.Kanon		18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) N.Kanako	18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) N.Kanako		18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) N.Kanon
20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) N.Kanako	20:15 ~ 21:15 青盤矯正ヨガ (60分) N.Kanon	20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) N.Kanako		20:15 ~ 21:15 青盤矯正ヨガ (60分) N.Kanon	20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) N.Kanako		20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) N.Kanako

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30 パワーヨガ Advance (金具稼働定) (60分) N.Ayumi	10:30 ~ 11:30 青盤矯正ヨガ (60分) N.Kanon	定休日	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) N.Kanako	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) N.Ayumi	営業時間外	10:30 ~ 12:00 アドバンス90 (金具稼働定) (90分) N.Ayumi	10:30 ~ 11:30 オトナののためのオールインワンヨガ (60分) N.Minaki
12:15 ~ 13:25 マブ-スダイエット N.Kanon	12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) N.Kanon		12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (金具稼働定) (60分) N.Ayumi	12:15 ~ 13:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) N.Ayumi		12:30 ~ 13:30 スタンダード60 (60分) N.Kanako	12:15 ~ 13:15 青盤矯正ヨガ (60分) N.Kanon
14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) N.Ayumi	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) N.Kanako		14:00 ~ 15:00 リンパドレックスヨガ (60分) N.Ayumi	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) N.Kanako		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) N.Ayumi	14:00 ~ 15:00 セルフトリプルヨガ (60分) N.Minaki
15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) N.Kanako	15:45 ~ 16:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分) N.Kanon		16:45 ~ 17:45 お腹引き締めヨガ (60分) N.Kanon	16:45 ~ 17:45 スタンダード60 (60分) N.Kanako		16:45 ~ 17:45 青盤矯正ヨガ (60分) N.Kanon	16:45 ~ 17:45 スタンダード60 (60分) N.Minaki
17:30 ~ 18:30 青盤矯正ヨガ (60分) N.Kanon	17:30 ~ 18:30 もも尻ヨガティス (60分) N.Minaki		18:30 ~ 19:30 スタンダード60 (60分) N.Kanako	18:30 ~ 19:30 はじめてのホットピラティス (60分) N.Kanon		18:30 ~ 19:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) N.Kanon	18:30 ~ 19:30 セルフトリプルヨガ (60分) N.Minaki
20:15 ~ 21:15 はじめてのホットピラティス (60分) N.Kanon	20:15 ~ 21:15 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) N.Kanon		20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) N.Kanako	20:15 ~ 21:15 スタンダード60 (60分) N.Kanako		20:15 ~ 21:15 セルフトリプルヨガ (60分) N.Minaki	20:15 ~ 21:15 セルフトリプルヨガ (60分) N.Minaki

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24
日	月	火	水	木	金	土	日
臨時休業	定休日	営業時間外	10:30 ~ 11:30 スリムアッププレス (60分) N.Ayumi	10:30 ~ 11:30 もも原ヨガティス (60分) N.Ayumi	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) N.Ayumi	10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分) N.Kanako	10:30 ~ 11:30 肩コリラックスヨガ (60分) N.Minaki
			12:15 ~ 13:15 パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分) N.Ayumi	12:15 ~ 13:15 全身とのお腹たまんまヨガ (60分) N.Minaki	12:15 ~ 13:15 スリムアッププレス (60分) N.Ayumi	12:15 ~ 13:15 美ボディフローピラティス (60分) N.Minaki	12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) 未定
			14:00 ~ 15:00 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) N.Kanon	14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) N.Ayumi	14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) N.Kanako	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) N.Minaki	14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) N.Minaki
			16:45 ~ 17:45 全身とのお腹たまんまヨガ (60分) N.Minaki	16:45 ~ 17:45 スタンダード 60 (60分) 未定	16:45 ~ 17:45 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) N.Kanon	15:45 ~ 16:45 スタンダード 60 (60分) 未定	15:45 ~ 16:45 はじめてのホットピラティス (60分) N.Minaki
			18:30 ~ 19:30 お腹引き締めヨガ (60分) N.Minaki	18:30 ~ 19:30 スタンダード 60 (60分) N.Kanako	18:30 ~ 19:30 肩コリラックスヨガ (60分) N.Minaki	17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) N.Minaki	18:30 ~ 19:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) N.Kanon
			20:15 ~ 21:15 スタンダード 60 (60分) N.Kanako	20:15 ~ 21:15 二の腕引き締めヨガ (60分) N.Ayumi	20:15 ~ 21:15 美ボディフローピラティス (60分) N.Minaki	20:15 ~ 21:15 スタンダード 60 (60分) 未定	20:15 ~ 21:15 スタンダード 60 (60分) 未定
			16:45 ~ 17:45 全身とのお腹たまんまヨガ (60分) N.Minaki	16:45 ~ 17:45 スタンダード 60 (60分) 未定	16:45 ~ 17:45 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) N.Kanon	15:45 ~ 16:45 スタンダード 60 (60分) 未定	15:45 ~ 16:45 はじめてのホットピラティス (60分) N.Minaki
			18:30 ~ 19:30 お腹引き締めヨガ (60分) N.Minaki	18:30 ~ 19:30 スタンダード 60 (60分) N.Kanako	18:30 ~ 19:30 肩コリラックスヨガ (60分) N.Minaki	17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) N.Minaki	18:30 ~ 19:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) N.Kanon
			20:15 ~ 21:15 スタンダード 60 (60分) N.Kanako	20:15 ~ 21:15 二の腕引き締めヨガ (60分) N.Ayumi	20:15 ~ 21:15 美ボディフローピラティス (60分) N.Minaki	20:15 ~ 21:15 スタンダード 60 (60分) 未定	20:15 ~ 21:15 スタンダード 60 (60分) 未定
			16:45 ~ 17:45 全身とのお腹たまんまヨガ (60分) N.Minaki	16:45 ~ 17:45 スタンダード 60 (60分) 未定	16:45 ~ 17:45 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) N.Kanon	15:45 ~ 16:45 スタンダード 60 (60分) 未定	15:45 ~ 16:45 はじめてのホットピラティス (60分) N.Minaki

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 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) N.Ayumi	10:30 ~ 11:30 パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分) N.Ayumi	営業時間外	10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分) 未定	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) N.Ayumi	10:30 ~ 11:30 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) N.Kanon	
	12:15 ~ 13:15 肩コリラックスヨガ (60分) N.Ayumi	12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) 未定		12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) N.Minaki	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) N.Ayumi	12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) W.Kaede	
	14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) N.Kanako	14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) 未定		14:00 ~ 15:00 肩コリラックスヨガ (60分) N.Minaki	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) N.Minaki	14:00 ~ 15:00 美ボディフローピラティス (60分) N.Minaki	
	16:45 ~ 17:45 美ボディフローピラティス (60分) N.Minaki	16:45 ~ 17:45 スタンダード 60 (60分) N.Kanako		16:45 ~ 17:45 肩コリラックスヨガ (60分) N.Minaki	16:45 ~ 17:45 スタンダード 60 (60分) N.Kanako	15:45 ~ 16:45 セルトル美脚ヨガ (60分) W.Kaede	15:45 ~ 16:45 背骨矯正ヨガ (60分) N.Kanon
	18:30 ~ 19:30 リンパデトックスヨガ (60分) N.Minaki	18:30 ~ 19:30 オトナののためのオールインワンヨガ (60分) N.Minaki		18:30 ~ 19:30 美ボディフローピラティス (60分) N.Minaki	18:15 ~ 19:45 アド/センス 90 (会員権限定) (90分) N.Ayumi	17:30 ~ 18:30 オトナののためのオールインワンヨガ (60分) N.Minaki	18:30 ~ 19:30 セルトル美脚ヨガ (60分) W.Kaede
	20:15 ~ 21:15 スタンダード 60 (60分) 未定	20:15 ~ 21:15 お腹引き締めヨガ (60分) N.Minaki		20:15 ~ 21:15 スタンダード 60 (60分) N.Kanako	20:15 ~ 21:15 スタンダード 60 (60分) W.Kaede	20:15 ~ 21:15 スタンダード 60 (60分) 未定	20:15 ~ 21:15 スタンダード 60 (60分) 未定
	16:45 ~ 17:45 全身とのお腹たまんまヨガ (60分) N.Minaki	16:45 ~ 17:45 スタンダード 60 (60分) N.Kanako		16:45 ~ 17:45 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) N.Kanon	15:45 ~ 16:45 スタンダード 60 (60分) 未定	15:45 ~ 16:45 はじめてのホットピラティス (60分) N.Minaki	15:45 ~ 16:45 背骨矯正ヨガ (60分) N.Kanon
	18:30 ~ 19:30 お腹引き締めヨガ (60分) N.Minaki	18:30 ~ 19:30 スタンダード 60 (60分) N.Kanako		18:30 ~ 19:30 肩コリラックスヨガ (60分) N.Minaki	17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) N.Minaki	18:30 ~ 19:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) N.Kanon	18:30 ~ 19:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) N.Kanon
	20:15 ~ 21:15 スタンダード 60 (60分) 未定	20:15 ~ 21:15 二の腕引き締めヨガ (60分) N.Ayumi		20:15 ~ 21:15 美ボディフローピラティス (60分) N.Minaki	20:15 ~ 21:15 スタンダード 60 (60分) 未定	20:15 ~ 21:15 スタンダード 60 (60分) 未定	20:15 ~ 21:15 スタンダード 60 (60分) 未定
	16:45 ~ 17:45 全身とのお腹たまんまヨガ (60分) N.Minaki	16:45 ~ 17:45 スタンダード 60 (60分) N.Kanako		16:45 ~ 17:45 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) N.Kanon	15:45 ~ 16:45 スタンダード 60 (60分) 未定	15:45 ~ 16:45 はじめてのホットピラティス (60分) N.Minaki	15:45 ~ 16:45 背骨矯正ヨガ (60分) N.Kanon