

## 岡山店【4月1日～4月8日スケジュール】

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30 スリムアッププレス (60分)	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (60分)		10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	10:30～11:30 全身と心のう 整いたまんまヨガ (60分)	10:30～11:30 エアロビヨガ (60分)		10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (全員様限定)(60分)
佐藤	赤崎		大穂	川瀬	赤崎		赤崎
12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分)	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分)		12:15～13:00 BEAT CORE HIIT (45分)	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分)	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分)		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)
吉岡	大穂		佐藤	大穂	藤澤		藤澤
14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分)			14:00～15:00 ダイエットヨガ (60分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		14:00～15:00 小顎リフトビラティス (60分)
佐藤			大穂	川瀬	藤澤		赤崎
				15:45～16:45 スクワット60 (60分)	15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (60分)		
				大穂	大穂		
				17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (60分)	吉岡		
17:30～18:30 小顎リフトビラティス (60分)	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分)	17:30～18:30 佐藤			17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)
赤崎	大穂	大穂	佐藤	佐藤			大穂
19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	19:15～20:15 ダイエットヨガ (60分)	19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 (60分)	19:15～20:15 もも肩ヨガティス (60分)	19:15～20:15 赤崎			19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分)
赤崎	新庭	佐藤	赤崎	赤崎			大穂
21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	21:00～22:00 スリムアッププレス (60分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	21:00～22:00 赤崎			21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (60分)
吉岡	新庭	佐藤	赤崎				藤澤

## 岡山店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30～11:30 エアロビヨガ (60分)		10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)		10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	10:30～11:30 もも肩ヨガティス (60分)
赤崎		佐藤	大穂	大穂		佐藤	赤崎
12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	12:15～13:15 もも肩ヨガティス (60分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)		12:15～13:15 スリムアッププレス (60分)	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (全員様限定)(60分)
大穂		岸本	赤崎	佐藤		佐藤	赤崎
14:00～15:00 スタンダード60 (60分)		14:00～15:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分)	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分)		14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	
大穂		佐藤	佐藤	大穂		大穂	
			15:45～16:45 ダイエットヨガ (60分)	15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分)			
			大穂	佐藤			
			17:30～18:40 ディープナレッジヨガ (70分)	17:30～18:40 ディープナレッジヨガ (70分)			
			佐藤				
		17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)			17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (60分)	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)
		大穂	赤崎			藤澤	大穂
19:15～20:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	19:15～20:15 もも肩ヨガティス (60分)				19:15～20:15 ダイエットヨガ (60分)	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)
佐藤	赤崎	赤崎				大穂	吉岡
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分)	21:00～22:00 小顎リフトビラティス (60分)				21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)
赤崎	赤崎	岸本				藤澤	吉岡

定休日

## 岡山店【4月17日～4月24日スケジュール】

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分)	10:30～11:30 ダイエットヨガ (60分)	10:30～11:30 小顎リフトピラティス (60分)		10:30～11:30 ダイエットヨガ (60分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	
	佐藤	大穂	赤崎			大穂	
	12:15～13:15 もも尻ヨガティス (60分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	12:15～13:15 スリムアップブレス (60分)		12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	
	赤崎	大穂	佐藤			大穂	
	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)		14:00～15:00 もも尻ヨガティス (60分)	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT (45分)	
	佐藤	新藤	赤崎		赤崎	佐藤	
		15:45～16:45 エアロビヨガ (60分)	15:45～16:55 ディープブレスヨガ (70分)				
		赤崎	佐藤				
		17:30～18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)					
		新藤					
	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)			17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	17:30～18:30 ダイエットヨガ (60分)	
	赤崎	赤崎			佐藤	大穂	
	19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)			19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 (60分)	19:15～20:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)
	大穂	大穂			佐藤	佐藤	佐藤
	21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (60分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)			21:00～22:00 小顎リフトピラティス (60分)	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分)
	大穂	大穂			赤崎	赤崎	佐藤

定休日

## 岡山店【4月25日～4月31日スケジュール】

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
金	土	日	月	火	水
	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	10:30～11:30 小顎リフトピラティス (60分)		10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)
	大穂	藤井	岸本		スタンダード60 (60分)
	12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15～13:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)		大穂
	赤崎	大穂	佐藤		大穂
	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	14:00～15:00 スリムアップブレス (60分)	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (60分)
	赤崎	佐藤	岸本		スリムアップブレス (60分)
		15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	15:45～16:45 腸活ヨガ ver.2 (60分)		赤崎
		大穂	佐藤		佐藤
		17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分)			14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)
		佐藤			大穂
					15:45～16:45 もも尻ヨガティス (60分)
					赤崎
					17:30～18:15 BEAT CORE HIIT (45分)
					佐藤
	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)				17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)
	大穂				佐藤
	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)				19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (60分)
	藤井				赤崎
	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)				21:00～22:00 ダイエットヨガ (60分)
	藤井				大穂

定休日