

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
金	土	日	月	火	水	木	金
営業時間外 17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) K.Miyuu 19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) H.Ami 21:00 ~ 21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) H.Ami	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) F.Yukiho 12:15 ~ 13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) F.Yukiho 14:00 ~ 14:45 ピラティス フットキャンブ (45分) I.Miina 15:45 ~ 16:45 腸活ヨガ ver.2 (60分) U.Riko	定休日	定休日	10:30 ~ 11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) H.Ami 12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) U.Riko 14:00 ~ 15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) U.Riko 15:45 ~ 16:45 背中美人ヨガ (60分) H.Ami	10:30 ~ 11:15 BEAT CORE HIIT (45分) F.Yukiho 12:00 ~ 13:00 スタンダード60 (60分) K.Miyuu 13:45 ~ 15:15 EXハイパーヨガ (会員様限定) (90分) I.Miina 16:00 ~ 17:00 リンパデトックスヨガ (60分) F.Yukiho	営業時間外 17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) N.Nozomi 19:15 ~ 20:15 はじめてのハイパーヨガ (会員様限定) (60分) H.Kaho 21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) H.Kaho	営業時間外 17:30 ~ 18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分) I.Miina 19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) U.Riko 21:00 ~ 22:00 美ボディロー ピラティス (60分) I.Miina

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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) H.Kaho 12:15 ~ 13:25 ヴァースパイブ H.Rina 14:15 ~ 15:15 リンパデトックスヨガ (60分) H.Kaho 16:00 ~ 16:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) H.Ami	定休日	定休日	営業時間外 17:30 ~ 18:30 全身とのお腹たまんまヨガ (60分) I.Miina 19:15 ~ 20:00 ピラティス フットキャンブ (45分) I.Miina 21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) K.Miyuu	営業時間外 17:30 ~ 18:30 はじめてのハイパーヨガ (会員様限定) (60分) H.Kaho 19:15 ~ 20:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) U.Riko 21:00 ~ 21:45 BEAT CORE HIIT (45分) N.Nozomi	営業時間外 17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) F.Yukiho 19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) K.Miyuu 21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) F.Yukiho	営業時間外 17:30 ~ 18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) H.Ami 19:15 ~ 20:15 お腹引き締めヨガ (60分) F.Yukiho 21:00 ~ 22:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) H.Ami	10:30 ~ 11:30 美ボディロー ピラティス (60分) I.Miina 12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) U.Riko 14:00 ~ 15:00 全身とのお腹たまんまヨガ (60分) I.Miina 15:45 ~ 16:45 セルトル美脚ヨガ (60分) U.Riko

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24
日	月	火	水	木	金	土	日
定休日	定休日	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	10:30 ~ 11:30	定休日
						眠れる体に整えるヨガ (60分) H.Ami	
						12:15 ~ 13:15	
						はじめてのホットピラティス (60分) F.Yukiho	
						14:00 ~ 15:00	
背中美人ヨガ (60分) H.Ami							
						15:45 ~ 16:45	
						背骨矯正ヨガ (60分) F.Yukiho	
						営業時間外	
		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15		
		オトナのための オールインワンヨガ (60分) N.Nozomi	セルトル美脚ヨガ (60分) U.Riko	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) H.Kaho	Beat Drum Diet 3.0 (45分) H.Kaho		
		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		
		背骨矯正ヨガ (60分) N.Nozomi	はじめてのホットピラティス (60分) F.Yukiho	美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分) I.Miina	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) H.Kaho		
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
		Beat Drum Diet 3.0 (45分) H.Ami	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) I.Miina	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) H.Kaho	小籠リフトピラティス (60分) N.Nozomi		

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31
月	火	水	木	金	土	日
定休日	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	10:30 ~ 11:30	定休日
					はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) H.Kaho	
					12:15 ~ 13:15	
					リンパドレナージュヨガ (60分) F.Yukiho	
					14:00 ~ 15:00	
					エアロビヨガ (60分) H.Kaho	
					15:45 ~ 16:45	
					はじめてのホットピラティス (60分) N.Nozomi	
					営業時間外	
		17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
		BEAT CORE HIIT (45分) N.Nozomi	リンパドレナージュヨガ (60分) F.Yukiho	エアロビヨガ (60分) I.Aoi	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) I.Miina	
		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	
		スタンダード60 (60分) K.Miyuu	Beat Drum Diet 3.0 (45分) H.Ami	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) H.Kaho	美姿勢フロー ピラティス (60分) I.Miina	
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
		背骨矯正ヨガ (60分) N.Nozomi	はじめてのホットピラティス (60分) F.Yukiho	背中美人ヨガ (60分) H.Ami	スタンダード60 (60分) U.Riko	