

山形店【5月1日～5月8日スケジュール】

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 (80分)	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	10:30～11:30 もも原ヨガティス (80分)	定休日	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (90分)	
	小野	西向	鈴木		小野	目黒	
	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:00 BEAT CORE HIT (45分)	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分)		12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:00 BEAT CORE HIT (45分)	
	折下	小野	鈴木		折下	小野	
	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分)	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	14:00～15:00 産せる身体をつくる ダイエツトヨガ (80分)		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (80分)	
	小野	折下	小野		目黒	西向	
		15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (80分)	15:45～16:45 スタンダード80 (80分)		15:45～16:45 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分)		
		西向	折下		小野		
		17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (80分)			17:30～18:15 ピラティス フーデキャンブ (45分)		
		小野			西向		
17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)						17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分)
目黒	西向						鈴木
19:15～20:00 ピラティス フーデキャンブ (45分)	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)					19:15～20:15 エアロビヨガ (80分)	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)
西向	鈴木					鈴木	鈴木
21:00～22:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分)	21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分)					21:00～22:00 スタンダード80 (80分)	21:00～22:00 もも原ヨガティス (80分)
小野	目黒					折下	鈴木

山形店【5月9日～5月16日スケジュール】

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:15 ピラティス フーデキャンブ (45分)	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分)	定休日	臨時休業	10:30～11:30 エアロビヨガ (80分)		10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)
折下	西向	西向			鈴木		鈴木
12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分)	12:15～13:25 Mother's Day Yoga (70分)	12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分)			12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)		12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分)
目黒	小野	目黒			目黒		小野
14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)					14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (80分)
目黒	西向	目黒					小野
	15:45～16:45 スタンダード80 (80分)	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (80分)					
	小野	西向					
	17:30～18:30 産せる身体をつくる ダイエツトヨガ (80分)						
	小野						
17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分)					17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	17:30～18:15 ピラティス フーデキャンブ (45分)	17:30～18:30 スタンダード80 (80分)
西向					西向	鈴木	西向
19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(80分)					19:15～20:00 BEAT CORE HIT (45分)	19:15～20:15 スタンダード80 (80分)	19:15～20:15 小顔リフトピラティス (80分)
鈴木					小野	鈴木	鈴木
21:00～22:00 小顔リフトピラティス (80分)					21:00～22:00 スタンダード80 (80分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス (80分)
鈴木					西向	目黒	鈴木

山形店【5月17日～5月24日スケジュール】

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス (80分)	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分)		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分)
目黒	鈴木		小野	鈴木		目黒	小野
12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15
腸活ヨガ ver.2 (80分)	スタンダード80 (80分)		セルトル美脚ヨガ (80分)	眠れる体に整えるヨガ (80分)		エアロビヨガ (80分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)
小野	西向		西向	鈴木		鈴木	小野
14:00～15:00	14:00～14:45		14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00
お腹引き締めヨガ (90分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)		美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)		小顔リフトピラティス (80分)	もも尻ヨガティス (80分)
小野	西向		小野	目黒		鈴木	鈴木
15:45～16:45	15:45～16:45						15:45～16:45
スタンダード80 (80分)	全身ととうろ 腹たまんまヨガ (80分)						眠れる体に整えるヨガ (80分)
西向	鈴木						鈴木
17:30～18:30							スタンダード80 (80分)
セルトル美脚ヨガ (80分)							小野
西向							
			17:30～18:30		17:30～18:30	17:30～18:30	
			もも尻ヨガティス (80分)		背中美人ヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	
			鈴木		目黒	小野	
			19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	
			アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	お腹引き締めヨガ (90分)	スタンダード80 (80分)	腸活ヨガ ver.2 (80分)	
			目黒	小野	小野	小野	
			21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～21:45	
			眠れる体に整えるヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	骨盤矯正ヨガ (80分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)	
			鈴木	西向	小野	西向	

山形店【5月25日～5月31日スケジュール】

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	定休日	10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分)	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)		10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 眠れる体に整えるヨガ (80分)
目黒		目黒	西向		西向	鈴木
12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15
背中美人ヨガ (80分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	美ボディフロー ピラティス (80分)		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	スタンダード80 (80分)
目黒		鈴木	鈴木		目黒	小野
14:00～15:00		14:00～15:00			14:00～15:00	14:00～15:00
スタンダード80 (80分)		眠れる体に整えるヨガ (80分)			背中美人ヨガ (80分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)
西向		鈴木			目黒	目黒
17:30～18:30						15:45～16:45
みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)						美ボディフロー ピラティス (80分)
西向						鈴木
						17:30～18:30
						腸活ヨガ ver.2 (80分)
						小野
		17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	
		スタンダード80 (80分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	子宮温活ヨガ (80分)	腸活ヨガ ver.2 (80分)	
		西向	小野	鈴木	小野	
		19:15～20:00	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:00	
		ピラティス ブートキャンプ (45分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	スタンダード80 (80分)	BEAT CORE HIT (45分)	
		西向	目黒	西向	小野	
		21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	
		腸活ヨガ ver.2 (80分)	スタンダード80 (80分)	背中美人ヨガ (80分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	
		小野	小野	目黒	西向	