

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
セルトル美脚ヨガ (60分)		パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)
要須		津田	津田	安倍		福山	安倍
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15
肩コリラックスヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	ピラティス フットキャンプ (45分)	全身とのお腹たまごヨガ (60分)		みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)
安倍		福山	安倍	要須		要須	要須
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00
全身とのお腹たまごヨガ (60分)		ポールでゆるめてゆがみどりヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)	
要須		津田	福山	安倍		要須	
営業時間外		営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		15:45 ~ 16:45	営業時間外
		腫トレビューティーヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)				
		要須	要須				
		17:30 ~ 18:30	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)				
		安倍					
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	営業時間外			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
	リンパデトックスヨガ (60分)	オトナのためのオールインワンヨガ (60分)				ポールでゆるめてゆがみどりヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)
	福山	要須				津田	福山
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	営業時間外			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15
Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)				エアロピヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)
安倍	福山	福山				津田	福山
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45
リンパデトックスヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)				スタンダード60 (60分)	ピラティス フットキャンプ (45分)
福山	要須	要須				福山	安倍

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
木	金	土	日	月	火	水	木
営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外
	はじめてのホットピラティス (60分)	エアロピヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)	
	安倍	津田	福山		要須	安倍	
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	
	腫トレビューティーヨガ (60分)	オトナのためのオールインワンヨガ (60分)	パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	
	要須	要須	津田		福山	福山	
	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	
	小顔リフトピラティス (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		スタンダード60 (60分)	背中美人ヨガ (60分)	
	安倍	福山	福山		福山	安倍	
	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		15:45 ~ 16:45		
		全身とのお腹たまごヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)				
		津田	津田				
		17:30 ~ 18:30	お腹引き締めヨガ (60分)				
		要須	要須				
17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:30	営業時間外	営業時間外		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30
BEAT CORE HIT (45分)	リンパデトックスヨガ (60分)				小顔リフトピラティス (60分)		スタンダード60 (60分)
津田	福山				安倍		福山
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	18:45 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)			腫トレビューティーヨガ (60分)	アドバンス90 (会員様限定) (90分)	リンパデトックスヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)
安倍	要須			要須	津田	福山	福山
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45
肩コリラックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)			背中美人ヨガ (60分)	オトナのためのオールインワンヨガ (60分)		BEAT CORE HIT (45分)
安倍	福山			安倍	要須		津田

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24							
金	土	日	月	火	水	木	金							
10:30 ~ 11:30 全身と頭の 繋がらなヨガ (60分) 豊須	10:30 ~ 11:30 小顔リフトピラティス (60分) 安倍	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 安倍	定休日	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) 安倍	10:30 ~ 11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 津田	営業時間外	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 備山							
12:15 ~ 13:15 エアロピヨガ (60分) 津田	12:15 ~ 13:15 肩コリラックスヨガ (60分) 津田	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 備山		12:15 ~ 13:15 アロマリラクゼーション DEEP FOREST (60分) 安倍	12:15 ~ 13:00 ピラティス フットキャンブ (45分) 安倍		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 備山							
14:00 ~ 15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 豊須	14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 津田	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 備山		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 備山	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 備山		14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 豊須							
営業時間外	15:45 ~ 16:45 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 津田	15:45 ~ 16:30 ピラティス フットキャンブ (45分) 安倍		営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外	営業時間外					
	17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 安倍	営業時間外								17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 豊須	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 備山	17:30 ~ 18:30 エアロピヨガ (60分) 津田	17:30 ~ 18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 津田	
	19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) 安倍									19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 備山	19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 豊須	19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 豊須	19:15 ~ 20:15 全身と頭の 繋がらなヨガ (60分) 津田	
21:00 ~ 22:00 免疫セラピーヨガ (60分) 津田	営業時間外									営業時間外	21:00 ~ 22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 豊須	21:00 ~ 22:00 全身と頭の 繋がらなヨガ (60分) 豊須	21:00 ~ 22:00 免疫セラピーヨガ (60分) 津田	21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 豊須

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30								
土	日	月	火	水	木								
10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 備山	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 津田	定休日	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 備山	10:30 ~ 11:15 ピラティス フットキャンブ (45分) 安倍	営業時間外								
12:15 ~ 13:00 BEAT CORE HIIT (45分) 津田	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 安倍		12:15 ~ 13:45 アドバンス90 (会員様限定) (90分) 津田	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 備山		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 備山							
14:00 ~ 15:00 腫れビューティー ヨガ(60分) 豊須	14:00 ~ 15:00 エアロピヨガ (60分) 津田		14:30 ~ 15:30 スタンダード60 (60分) 備山	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 津田		14:00 ~ 15:00 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 津田							
15:45 ~ 16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 津田	15:45 ~ 16:45 肩コリラックスヨガ (60分) 安倍		営業時間外	営業時間外		15:45 ~ 16:45 小顔リフトピラティス (60分) 安倍							
営業時間外	営業時間外					営業時間外	営業時間外	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 備山					
								17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) 安倍	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 備山				
								19:15 ~ 20:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 津田	19:15 ~ 20:15 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (60分) 安倍				
営業時間外								営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	21:00 ~ 21:45 BEAT CORE HIIT (45分) 津田	
												21:00 ~ 22:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET (60分) 安倍	21:00 ~ 22:00 アロマリラクゼーション (60分) 津田