

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 はじめてのホットピラティス (60分) A.Kahoko	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) A.Kahoko	10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分) S.Misaki	定休日	10:30 ~ 11:30 龍トレビューティーヨガ (60分) A.Erina	10:30 ~ 11:30 滝汗ダイエットヨガ (60分) A.Kahoko	営業時間外	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki
12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) H.Rina	12:15 ~ 13:15 小顔リフトピラティス (60分) A.Kahoko		12:15 ~ 13:15 エアロピヨガ (60分) H.Rina	12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) S.Misaki		12:15 ~ 13:15 もも尻ヨガピラティス (60分) A.Erina
14:00 ~ 15:10 ディーププレスヨガ (70分) A.Kahoko	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Erina	14:00 ~ 15:00 美姿勢アンチエイジングヨガ (60分) A.Kahoko		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki	14:00 ~ 15:00 スリムアッププレス (60分) H.Rina		14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) S.Misaki
営業時間外	15:45 ~ 16:45 肩こりリラックスヨガ (60分) A.Kahoko	15:45 ~ 16:45 二の腕引き締めヨガ (60分) S.Misaki		15:45 ~ 16:45 スタンダード 60 (60分) S.Misaki	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki		営業時間外
	17:30 ~ 18:30 スリムアッププレス (60分) H.Rina	営業時間外		17:30 ~ 18:30 もも尻ヨガピラティス (60分) H.Rina	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) H.Rina		
	19:00 ~ 20:00 全身ととのう 産たまんまヨガ (60分) A.Erina			17:30 ~ 18:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) A.Erina	17:30 ~ 18:30 スリムアッププレス (60分) H.Rina		
	17:30 ~ 18:30 骨盤矯正ヨガ (60分) A.Erina			19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) H.Rina	19:15 ~ 20:15 龍トレビューティーヨガ (60分) A.Erina		
19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) S.Misaki	営業時間外	21:00 ~ 22:00 全身ととのう 産たまんまヨガ (60分) A.Erina		21:00 ~ 22:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) H.Rina	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) H.Rina		

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 スタンダード 60 (60分) S.Misaki	10:30 ~ 11:30 エアロピヨガ (60分) H.Rina	定休日	10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分) S.Misaki	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) A.Erina	営業時間外	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) H.Rina	10:30 ~ 11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Erina		
12:15 ~ 13:25 マブーズダイエット A.Kahoko	12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) S.Misaki		12:15 ~ 13:15 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) A.Erina	12:15 ~ 13:15 スリムアッププレス (60分) H.Rina		12:15 ~ 13:15 肩こりリラックスヨガ (60分) A.Kahoko	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) H.Rina		
14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Erina	14:00 ~ 15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) H.Rina		14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) S.Misaki	営業時間外		営業時間外	14:00 ~ 15:00 エアロピヨガ (60分) H.Rina	14:00 ~ 15:00 龍トレビューティーヨガ (60分) A.Erina	
15:45 ~ 16:45 はじめてのホットピラティス (60分) A.Kahoko	15:45 ~ 16:55 ディーププレスヨガ (70分) A.Kahoko		15:45 ~ 16:45 二の腕引き締めヨガ (60分) S.Misaki				15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) H.Rina	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki	
17:30 ~ 18:30 骨盤矯正ヨガ (60分) A.Erina	営業時間外		17:30 ~ 18:30 龍トレビューティーヨガ (60分) A.Erina				17:30 ~ 18:30 スタンダード 60 (60分) S.Misaki	17:30 ~ 18:30 滝汗ダイエットヨガ (60分) A.Kahoko	17:30 ~ 18:30 小顔リフトピラティス (60分) A.Kahoko
19:00 ~ 20:00 二の腕引き締めヨガ (60分) S.Misaki			19:15 ~ 20:15 背中美人ヨガ (60分) A.Kahoko				19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) A.Kahoko	19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) S.Misaki
営業時間外			21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) A.Kahoko	21:00 ~ 21:45 ピラティス フットキャンピング (45分) A.Kahoko		21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Erina	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki		

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki	定休日	10:30 ~ 11:30 小顔リフトピラティス (60分) A.Kahoko	10:30 ~ 11:30 全身と頭の 癒たまんまヨガ (60分) A.Erina	営業時間外	10:30 ~ 11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分) A.Kahoko	10:30 ~ 11:15 ピラティス フットキャンブ (45分) A.Kahoko	10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分) N.Rin	
12:15 ~ 13:15 エアロピヨガ (60分) H.Rina		12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) S.Misaki	12:15 ~ 13:00 ピラティス フットキャンブ (45分) A.Kahoko		12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Erina	12:15 ~ 13:15 全身と頭の 癒たまんまヨガ (60分) A.Erina	12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) A.Kahoko	
14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) S.Misaki		14:00 ~ 15:00 滝汗ダイエット (60分) A.Kahoko	14:00 ~ 15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) H.Rina		14:00 ~ 15:00 小顔リフトピラティス (60分) A.Kahoko	14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) N.Rin	14:00 ~ 15:00 肩こりリラックスヨガ (60分) A.Kahoko	
15:45 ~ 16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) H.Rina		15:45 ~ 16:45 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Erina	15:45 ~ 16:45 スタンダード 60 (60分) N.Rin		15:45 ~ 16:45 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Erina	15:45 ~ 16:45 スタンダード 60 (60分) N.Rin	15:45 ~ 16:45 スタンダード 60 (60分) N.Rin	
営業時間外		17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) H.Rina	営業時間外		17:30 ~ 18:30 スタンダード 60 (60分) S.Misaki	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) H.Rina	営業時間外	
		19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki			19:15 ~ 20:15 スタンダード 60 (60分) N.Rin	19:15 ~ 20:15 もも戻りヨガ (60分) H.Rina		19:15 ~ 20:15 肩こりリラックスヨガ (60分) H.Rina
		21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) H.Rina			21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) S.Misaki	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki		21:00 ~ 22:00 スタンダード 60 (60分) N.Rin
		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki			17:30 ~ 18:30 ディープリリースヨガ (70分) A.Kahoko	17:30 ~ 18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分) A.Kahoko		17:30 ~ 18:30 スタンダード 60 (60分) N.Rin
19:15 ~ 20:15 全身と頭の 癒たまんまヨガ (60分) A.Erina		19:15 ~ 20:15 背中美人ヨガ (60分) A.Kahoko	19:15 ~ 20:15 スタンダード 60 (60分) N.Rin		19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Erina	19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Kahoko	19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Kahoko	
21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) S.Misaki		21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki	21:00 ~ 21:45 ピラティス フットキャンブ (45分) A.Kahoko		21:00 ~ 22:00 骨盤矯正ヨガ (60分) A.Erina	21:00 ~ 22:00 骨盤矯正ヨガ (60分) A.Erina	21:00 ~ 22:00 骨盤矯正ヨガ (60分) A.Erina	

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 ~ 11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) H.Rina	10:30 ~ 11:30 もも戻りヨガ (60分) H.Rina	営業時間外	10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分) S.Misaki	10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分) N.Rin	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki	
	12:15 ~ 13:45 EXパワーヨガ (会員権限定) (90分) I.Aoi	12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) N.Rin		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki	12:15 ~ 13:15 滝汗ダイエット (60分) A.Kahoko	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) A.Kahoko	
	14:00 ~ 15:30 スタンダード 60 (60分) N.Rin	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) H.Rina		14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) N.Rin	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) H.Rina	14:00 ~ 15:00 スリムアッププレス (60分) H.Rina	
	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki	17:20 ~ 18:30 ディープリリースヨガ (70分) A.Kahoko		17:30 ~ 18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分) A.Kahoko	17:30 ~ 18:30 スタンダード 60 (60分) N.Rin	17:30 ~ 18:30 エアロピヨガ (60分) H.Rina	営業時間外
	19:15 ~ 20:15 全身と頭の 癒たまんまヨガ (60分) A.Erina	19:15 ~ 20:15 背中美人ヨガ (60分) A.Kahoko		19:15 ~ 20:15 スタンダード 60 (60分) N.Rin	19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Erina	19:00 ~ 19:45 ピラティス フットキャンブ (45分) A.Kahoko	
	21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) S.Misaki	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki		21:00 ~ 21:45 ピラティス フットキャンブ (45分) A.Kahoko	21:00 ~ 22:00 骨盤矯正ヨガ (60分) A.Erina	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki	
	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) S.Misaki	15:45 ~ 16:45 もも戻りヨガ (60分) A.Erina		15:45 ~ 16:45 もも戻りヨガ (60分) A.Erina	15:45 ~ 16:45 もも戻りヨガ (60分) A.Erina		