

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 肩活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 13:15 T.aoi	10:30 ~ 11:30 リンパドックスヨガ (60分) Y.hana	定休日	10:30 ~ 11:30 産せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) Mizumi	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) N.mami	営業時間外	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) M.izumi	
12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) N.mami	12:15 ~ 13:15 肩活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) N.mami	12:15 ~ 13:00 BEAT CORE HIIT (45分) M.izumi		12:15 ~ 13:15 肩コリラックスヨガ (60分) M.izumi	
14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) T.aoi	14:00 ~ 15:30 アドベンス90 (会員様限定) (90分) M.izumi	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) N.mami		14:00 ~ 15:00 肩コリラックスヨガ (60分) M.izumi	13:45 ~ 14:45 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) N.mami	
営業時間外	16:15 ~ 17:15 リンパドックスヨガ (60分) T.aoi	15:45 ~ 16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) T.aoi		15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) N.mami	15:30 ~ 16:30 花粉症スッキリヨガ (60分) M.izumi		営業時間外	
	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) N.mami	営業時間外		営業時間外	営業時間外			
								19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana
21:00 ~ 22:00 リンパドックスヨガ (60分) Y.hana	営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外		21:00 ~ 22:00 エアロビヨガ (60分) T.aoi	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) N.mami
17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) T.aoi							17:30 ~ 18:30 肩活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) T.aoi
19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) N.mami	19:15 ~ 20:15 肩活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi		21:00 ~ 22:00 エアロビヨガ (60分) T.aoi	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) N.mami			

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 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) T.aoi	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) N.mami	定休日	10:30 ~ 11:30 リンパドックスヨガ (60分) Y.hana	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana	営業時間外	臨時休業	臨時休業	
12:15 ~ 13:25 マザーズダイエット T.aoi	12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) T.aoi		12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana	12:15 ~ 13:15 リンパドックスヨガ (60分) Y.hana				
14:10 ~ 15:10 セルトル体操ヨガ (60分) M.izumi	14:00 ~ 15:00 肩活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) M.izumi	営業時間外				
15:55 ~ 16:55 花粉症スッキリヨガ (60分) M.izumi	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) N.mami		17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) Y.hana					17:30 ~ 18:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) Mizumi
17:40 ~ 18:40 スタンダード60 (60分) N.mami	17:30 ~ 18:30 特別レッスン (60分) H.naomi		19:15 ~ 20:15 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) M.izumi	19:00 ~ 20:00 肩活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi				19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana
営業時間外	営業時間外		21:00 ~ 22:00 肩コリラックスヨガ (60分) M.izumi	20:45 ~ 21:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) M.izumi				21:00 ~ 22:00 リンパドックスヨガ (60分) Y.hana

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 ~ 11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) M.Izumi	定休日	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) M.Izumi	10:30 ~ 11:30 花動産スッキリヨガ (60分) M.Izumi	営業時間外	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) T.aoi	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Izumi	10:30 ~ 11:30 肩コリリラックスヨガ (60分) M.Izumi																						
12:00 ~ 13:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) Y.hana	12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) Y.hana		12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana	12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) M.Izumi	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana																					
13:45 ~ 14:45 エアロピヨガ (60分) T.aoi		14:00 ~ 15:30 EX/パワーヨガ (会員様限定) (90分) M.Izumi	営業時間外		営業時間外	営業時間外	14:00 ~ 15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (90分) T.aoi	14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) Y.hana																				
15:30 ~ 16:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Izumi		営業時間外					営業時間外	営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) T.aoi	15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) M.Izumi	15:45 ~ 16:30 BEAT CORE HIT (45分) M.Izumi																	
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 エアロピヨガ (60分) T.aoi	17:30 ~ 18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi	17:30 ~ 18:00 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana													
														19:15 ~ 20:15 スタンダード 60 (60分) Y.hana	19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana	18:45 ~ 20:15 アドベンス 90 (会員様限定) (90分) M.Izumi	19:15 ~ 20:15 滝汗ダイエットヨガ (60分) T.aoi												
														21:00 ~ 22:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi	21:00 ~ 22:00 背中美人ヨガ (60分) T.aoi	21:00 ~ 22:00 スタンダード 60 (60分) Y.hana	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) Y.hana												
														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	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	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	営業時間外
	営業時間外			営業時間外																									

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31																															
月	火	水	木	金	土	日																															
10:30 ~ 11:30 滝汗ダイエット (60分) T.aoi	10:30 ~ 11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) T.aoi	営業時間外	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (90分) T.aoi	10:30 ~ 11:30 エアロピヨガ (60分) T.aoi	10:30 ~ 12:00 アドベンス 90 (会員様限定) (90分) M.Izumi																															
12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) M.Izumi	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) Y.hana		12:15 ~ 13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Izumi	12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi	12:45 ~ 13:45 スタンダード 60 (60分) Y.hana																															
14:00 ~ 15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Izumi	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) T.aoi	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (90分) T.aoi		営業時間外	14:00 ~ 15:00 滝汗ダイエット (60分) T.aoi	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana	14:30 ~ 15:30 花動産スッキリヨガ (60分) M.Izumi																														
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	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	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	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	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	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	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	営業時間外
			営業時間外	営業時間外																																	