

## 古河店【4月1日～4月8日スケジュール】

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30 産める身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分)	10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	定休日	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分)
横田	倉持		倉持	横田	会沢		横田
12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)		12:15～13:15 ホットピラティス (80分)	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:15 エアロビヨガ (80分)		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員権限定)(80分)
横田	倉持		塚本	池内	塚本		横田
14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分)	14:00～15:30 アドバンス80 (会員権限定)(80分)		14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (80分)	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(80分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)		14:00～15:00 もも尻ヨガティス (80分)
池内	会沢		会沢	会沢	会沢		塚本
				15:45～16:55 ディープブレスヨガ (70分)	15:45～16:45 背中美人ヨガ (80分)		
				会沢	会沢		
				17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分)			
				倉持			
				19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分)			
				倉持			
17:30～18:40 ディープブレスヨガ (70分)	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (80分)	17:30～18:30 もも尻ヨガティス (80分)	17:30～18:30 スタンダード80 (80分)				17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (80分)
会沢	塚本	塚本	池内				会沢
19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分)	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (80分)	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員権限定)(80分)				19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分)
倉持	横田	塚本	横田				倉持
20:50～21:50 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	20:50～21:50 Sound Feel Yoga ver.2(80分)	20:50～21:50 スタンダード80 (80分)	20:50～21:50 産める身体をつくる ダイエットヨガ (80分)				20:50～21:50 スタンダード80 (80分)
会沢	横田	池内	横田				池内

## 古河店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30～11:30 産める身体をつくる ダイエットヨガ (80分)		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)		10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分)
横田		池内	倉持	池内		倉持	塚本
12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分)		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分)	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(80分)	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)		12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分)	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)
横田		倉持	会沢	池内		倉持	池内
14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分)		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分)	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(80分)		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分)	14:00～15:00 もも尻ヨガティス (80分)
塚本		倉持	倉持	会沢		池内	塚本
			15:45～16:45 肩コリラックスヨガ (80分)	15:45～16:30 BEAT CORE HIT (45分)			
			会沢	会沢			
			17:30～18:30 エアロビヨガ (80分)		定休日		
			塚本				
			19:15～20:15 スタンダード80 (80分)				
			池内				
17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分)	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	17:30～18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)				17:30～18:40 ディープブレスヨガ (70分)	17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分)
倉持	倉持	会沢				会沢	会沢
19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(80分)	19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分)	19:15～20:15 もも尻ヨガティス (80分)				19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員権限定)(80分)	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分)
会沢	塚本	塚本				横田	横田
20:50～21:50 花粉症スッキリヨガ (80分)	20:50～21:50 エアロビヨガ (80分)	20:50～21:50 オトナのための オールインワンヨガ (80分)				20:50～21:50 Sound Feel Yoga ver.2(80分)	20:50～21:50 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)
会沢	塚本	塚本				横田	会沢

## 古河店【4月17日～4月24日スケジュール】

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (80分)	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	定休日	10:30～11:30 ホットピラティス (80分)	10:30～11:30 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (80分)	
	倉持	倉持	池内		塚本	倉持	
	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分)	12:15～13:15 エアロビヨガ (80分)		12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分)	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	
	横田	池内	塚本		塚本	横田	
	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)	14:00～15:00 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (80分)	14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (80分)		14:00～15:30 アドバンス80 (会員様限定) (90分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分)	
	横田	倉持	会沢		会沢	倉持	
		15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (80分)				
		会沢	倉持				
		17:30～18:30 スタンダード80 (80分)					
		池内					
		19:15～20:00 BEAT CORE HIT (45分)					
		会沢					
17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (80分)	17:30～18:30 スタンダード80 (80分)				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分)	17:30～18:30 スタンダード80 (80分)	17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (80分)
会沢	池内				池内	池内	倉持
19:15～20:15 エアロビヨガ (80分)	19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分)				19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (80分)	19:15～20:15 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (80分)
塚本	塚本				横田	塚本	倉持
20:50～21:50 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)	20:50～21:50 ホットピラティス (80分)				20:50～21:50 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	20:50～21:50 もも戻ヨガティス (80分)	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ (80分)
横田	塚本				横田	塚本	池内

## 古河店【4月25日～4月31日スケジュール】

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
金	土	日	月	火	水
10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (80分)	10:30～11:40 ディープブレスヨガ (70分)	10:30～11:30 肩こリラクセスヨガ (80分)	定休日	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)
会沢	会沢	長谷川		横田	池内
12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (80分)	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分)	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分)		12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分)
塚本	倉持	横田		横田	池内
14:00～14:45 BEAT CORE HIT (45分)	14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	14:00～15:00 エアロビヨガ (80分)		14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分)
会沢	会沢	長谷川		池内	倉持
	15:45～16:45 スタンダード80 (80分)	15:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分)	
	池内	横田		倉持	
	17:30～18:30 もも戻ヨガティス (80分)			17:30～18:30 エアロビヨガ (80分)	
	塚本			塚本	
	19:15～20:00 骨盤矯正ヨガ (80分)			19:15～20:15 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (80分)	
	塚本			倉持	
17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)					17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)
横田					横田
19:15～20:00 お腹引き締めヨガ (80分)					19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)
倉持					会沢
20:50～21:50 オトナのための オールインワンヨガ (80分)					20:50～21:50 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (80分)
横田					倉持