

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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 高嶋	営業時間外	10:30 ~ 11:30 ポールでゆるめて ゆがみどりヨガ (60分) 加藤	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 加藤	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 佐々木	定休日	10:30 ~ 11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 佐々木	10:30 ~ 11:30 小顔リフトピラティス (60分) 高嶋
12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 高嶋		12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 加藤	12:15 ~ 13:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 村雲	12:15 ~ 13:15 エアロピヨガ (60分) 村雲		12:15 ~ 13:15 花鈴産スッキリヨガ (60分) 加藤	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 高嶋
14:00 ~ 15:00 花鈴産スッキリヨガ (60分) 加藤		14:00 ~ 15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 佐々木	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (金具標準定) (60分) 加藤	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 高嶋		14:00 ~ 15:00 スリムアッププレス (60分) 佐々木	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (金具標準定) (60分) 加藤
営業時間外		営業時間外	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 佐々木	15:45 ~ 16:45 小顔リフトピラティス (60分) 高嶋		営業時間外	営業時間外
			17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) 村雲	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 高嶋			
19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (金具標準定) (60分) 加藤		19:15 ~ 20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 村雲	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 高嶋	19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 村雲		営業時間外	19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) 村雲
21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 村雲	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 高嶋	21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 佐々木	21:00 ~ 22:00 BEAT CORE HIIT (45分) 加藤	21:00 ~ 22:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 佐々木			

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 スタンダード60 (60分) 佐々木	10:30 ~ 11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 佐々木	10:30 ~ 11:15 BEAT CORE HIIT (45分) 加藤	定休日	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 佐々木	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 高嶋	営業時間外	
	12:15 ~ 13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 佐々木	12:15 ~ 13:15 スリムアッププレス (60分) 佐々木	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 佐々木		12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 高嶋	12:15 ~ 13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 佐々木		
	14:00 ~ 15:00 美ボディフロー ピラティス (60分) 村雲	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 高嶋	14:00 ~ 15:00 ポールでゆるめて ゆがみどりヨガ (60分) 加藤		14:00 ~ 15:00 小顔リフトピラティス (60分) 高嶋	14:00 ~ 15:00 スリムアッププレス (60分) 佐々木		
	営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 背中美人ヨガ (60分) 加藤		15:45 ~ 16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 佐々木	営業時間外		営業時間外
			17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 高嶋		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 高嶋			
	19:15 ~ 20:15 小顔リフトピラティス (60分) 高嶋	19:15 ~ 20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 村雲	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 高嶋		営業時間外	19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 加藤		19:15 ~ 20:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 村雲
21:00 ~ 22:00 エアロピヨガ (60分) 村雲	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 高嶋	21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) 村雲	21:00 ~ 22:00 背中美人ヨガ (60分) 加藤	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 高嶋				

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 背中美人ヨガ (60分) 野田	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 高嶋	10:30 ~ 11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 佐々木		10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 加藤	10:30 ~ 11:15 BEAT CORE HIIT (45分) 加藤		10:30 ~ 11:30 美ボディフローピラティス (60分) 村雲
12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 村雲	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 高嶋	12:15 ~ 13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 村雲		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 高嶋	12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 野田		12:15 ~ 13:15 美姿勢アンチエイジングヨガ (60分) 野田
14:00 ~ 15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) 野田	14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 村雲	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 佐々木		14:00 ~ 15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 加藤			14:00 ~ 15:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 野田
営業時間外	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 佐々木	15:45 ~ 16:45 お腹引き締めヨガ (60分) 高嶋	定休日	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外
17:30 ~ 18:30 オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 佐々木	17:30 ~ 18:30 ポールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 加藤	営業時間外		17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 高嶋	17:30 ~ 18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 佐々木	17:30 ~ 18:30 オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 佐々木	17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) 村雲
19:15 ~ 20:15 花狗歯スッキリヨガ (60分) 加藤	19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 加藤			19:15 ~ 20:15 美姿勢アンチエイジングヨガ (60分) 村雲	19:15 ~ 20:15 美ボディフローピラティス (60分) 村雲	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 佐々木	19:15 ~ 20:15 スリムアッププレス (60分) 佐々木
21:00 ~ 22:00 パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分) 加藤				21:00 ~ 22:00 エアロピヨガ (60分) 村雲	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 高嶋	21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) 高嶋	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 佐々木

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 野田	10:30 ~ 11:30 パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分) 加藤		10:30 ~ 11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 佐々木	10:30 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 村雲	
12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) 野田	12:15 ~ 13:15 ポールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 加藤		12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 高嶋	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 佐々木	
14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 村雲	14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 村雲		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 佐々木	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 村雲	営業時間外
15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 佐々木	15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 高嶋			15:45 ~ 16:45 スリムアッププレス (60分) 佐々木	
営業時間外	営業時間外	定休日	営業時間外	営業時間外	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 高嶋
					17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 高嶋
17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 高嶋			17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) 加藤	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 高嶋	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 佐々木
19:15 ~ 20:15 小顔リフトピラティス (60分) 高嶋			19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 加藤	19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 加藤	19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 加藤
			21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 加藤		21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) 村雲