

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 リンパデトックスヨガ (60分) I.Sena	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) T.Aki	10:30 ~ 11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) H.Rin	定休日	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) I.Sena	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) N.Nao	10:30 ~ 11:30 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) T.Aki	10:30 ~ 11:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) Y.Chiharu		
12:00 ~ 13:00 全身とどのう 褒たまんまヨガ (60分) H.Rin	12:15 ~ 13:15 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) Y.Chiharu	12:15 ~ 13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) Y.Chiharu		12:15 ~ 13:15 小顔リフトピラティス (60分) H.Rin	12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) Y.Chiharu	12:00 ~ 13:00 肩こりリラックスヨガ (60分) T.Aki	12:00 ~ 13:00 スタンダード60 (60分) I.Sena		
13:30 ~ 14:30 エアロビヨガ (60分) T.Aki	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) I.Sena	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) I.Sena		14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) Y.Chiharu	14:00 ~ 15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) T.Aki	13:30 ~ 14:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) N.Nao	13:30 ~ 14:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) Y.Chiharu		
15:00 ~ 16:00 スタンダード60 (60分) I.Sena	15:45 ~ 16:45 子音温活ヨガ (60分) T.Aki	15:45 ~ 16:55 ティープレスヨガ (70分) Y.Chiharu		15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) I.Sena	15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) T.Aki	15:00 ~ 16:00 褒せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) H.Rin	15:00 ~ 16:00 リンパデトックスヨガ (60分) I.Sena		
営業時間外	17:30 ~ 18:15 BEAT CORE HIIT (45分) Y.Chiharu	営業時間外		17:30 ~ 18:30 エアロビヨガ (60分) H.Rin	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) I.Sena	営業時間外	営業時間外		
	19:00 ~ 20:00 リンパデトックスヨガ (60分) I.Sena							19:00 ~ 20:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) Y.Chiharu	19:00 ~ 19:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) Y.Chiharu
18:00 ~ 19:00 骨盤矯正ヨガ (60分) T.Aki	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	18:00 ~ 19:00 リンパデトックスヨガ (60分) I.Sena	18:00 ~ 19:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) T.Aki
19:30 ~ 20:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) H.Rin								19:30 ~ 20:30 小顔リフトピラティス (60分) H.Rin	19:30 ~ 20:30 エアロビヨガ (60分) H.Rin
21:00 ~ 21:10 ティープレスヨガ (70分) Y.Chiharu								21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) I.Sena	21:00 ~ 22:00 免疫セラピーヨガ (60分) T.Aki

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 ~ 11:15 BEAT CORE HIIT (45分) H.Rin	10:30 ~ 11:30 オトナののための オールインワンヨガ (60分) T.Aki	定休日	10:30 ~ 11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) Y.Chiharu	10:30 ~ 11:30 小顔リフトピラティス (60分) H.Rin	10:30 ~ 11:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) Y.Chiharu	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) N.Nao	10:30 ~ 11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) Y.Chiharu			
12:15 ~ 13:25 マブ-ズダイエット I.Sena	12:15 ~ 13:15 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) H.Rin		12:00 ~ 13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) N.Nao	12:00 ~ 13:00 エアロビヨガ (60分) Y.Chiharu	12:00 ~ 13:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) T.Aki	12:00 ~ 13:00 リンパデトックスヨガ (60分) I.Sena	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) I.Sena			
14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) Y.Chiharu	14:00 ~ 15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) T.Aki		13:30 ~ 14:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) Y.Chiharu	13:30 ~ 14:30 全身とどのう 褒たまんまヨガ (60分) H.Rin	13:30 ~ 14:15 BEAT CORE HIIT (45分) Y.Chiharu	13:30 ~ 14:30 スタンダード60 (60分) I.Sena	14:00 ~ 14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) Y.Chiharu			
15:45 ~ 16:45 全身とどのう 褒たまんまヨガ (60分) H.Rin	15:45 ~ 16:45 小顔リフトピラティス (60分) H.Rin		15:00 ~ 16:00 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) H.Rin	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) I.Sena	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
19:00 ~ 20:10 ティープレスヨガ (70分) Y.Chiharu				19:00 ~ 20:00 背中美人ヨガ (60分) T.Aki						
営業時間外				18:00 ~ 19:00 免疫セラピーヨガ (60分) T.Aki	17:50 ~ 19:00 ティープレスヨガ (70分) Y.Chiharu	18:00 ~ 19:00 褒せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) H.Rin	18:00 ~ 19:00 小顔リフトピラティス (60分) H.Rin			
				19:30 ~ 20:30 褒せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) H.Rin	19:30 ~ 20:30 肩こりリラックスヨガ (60分) T.Aki	19:30 ~ 20:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) T.Aki	19:30 ~ 20:30 骨盤矯正ヨガ (60分) T.Aki			
	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) T.Aki		21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) I.Sena	21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) H.Rin	21:00 ~ 21:45 BEAT CORE HIIT (45分) H.Rin					

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	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15			
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		エアロビヨガ (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)	全身と頭の 疲たまんまヨガ (60分)	ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)			
H.Rin		Y.Chiharu	I.Sena	T.Aki	H.Rin	Y.Chiharu	Y.Chiharu			
12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15			
二の腕引き締めヨガ (60分)		全身と頭の 疲たまんまヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)	小顔リフトピラティス (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	肩コリリラックスヨガ (60分)			
T.Aki		H.Rin	Y.Chiharu	Y.Chiharu	H.Rin	N.nao	T.Aki			
14:00 ~ 15:00		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00			
眠れる体に整えるヨガ (60分)		眠れる体に整えるヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	スタンダード60 (60分)			
H.Rin		H.Rin	I.Sena	T.Aki	N.Nao	Y.Chiharu	未定			
15:45 ~ 16:45		15:00 ~ 16:10		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45			
スタンダード60 (60分)	ディープブレスヨガ (70分)		全身と頭の 疲たまんまヨガ (60分)	疲せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)				
I.Sena	Y.Chiharu		Y.Chiharu	H.Rin	未定	Y.Chiharu				
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	17:30 ~ 18:30	営業時間外			
						リンパデトックスヨガ (60分)				
						I.Sena				
						19:00 ~ 20:00				
						スタンダード60 (60分)				
						I.Sena				
						18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 18:45	18:00 ~ 19:00
						アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		眠れる体に整えるヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)
						T.Aki		H.Rin	Y.Chiharu	T.Aki
						19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)	小顔リフトピラティス (60分)	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)							
H.Rin	H.Rin	未定	I.Sena							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
子宮温活ヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)							
T.Aki	T.Aki	I.Sena	T.Aki							

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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	疲せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	スタンダード60 (60分)			
Y.Chiharu	H.Rin	N.Nao	I.Sena	T.Aki	未定	未定			
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15			
セルトル美脚ヨガ (60分)	全身と頭の 疲たまんまヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	スタンダード60 (60分)	未定	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)			
Y.Chiharu	Y.Chiharu	T.Aki	T.Aki	未定	未定	H.Rin			
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	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)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	小顔リフトピラティス (60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)			
H.Rin	I.Sena	T.Aki	T.Aki	H.Rin	I.Sena	I.Sena			
15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:10	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45			
スタンダード60 (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	ディープブレスヨガ (70分)	子宮温活ヨガ (60分)	疲せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	疲せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)			
I.Sena		I.Sena	Y.Chiharu	T.Aki	H.Rin	H.Rin			
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	営業時間外			
					スタンダード60 (60分)				
					未定				
					19:00 ~ 20:00				
					パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)				
					H.Rin				
					18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
					エアロビヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	背中美人ヨガ (60分)	小顔リフトピラティス (60分)
					H.Rin		未定	T.Aki	H.Rin
					19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
スタンダード60 (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	リンパデトックスヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)						
未定	T.Aki	I.Sena	Y.Chiharu						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
リンパデトックスヨガ (60分)	肩コリリラックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	疲せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)						
I.Sena	T.Aki	未定	H.Rin						