

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) M.izumi	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (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 アドバンス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 リンパデトックスヨガ (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		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) N.mami							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 リンパデトックスヨガ (60分) Y.hana	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 リンパデトックスヨガ (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 リンパデトックスヨガ (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		営業時間外					
17:40 ~ 18:40 スタンダード60 (60分) N.mami	営業時間外			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
営業時間外			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
			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 リンパデトックスヨガ (60分) Y.hana

