

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 スタンダード60 (60分) 中島	営業時間外	10:30 ~ 11:30 子宮温ヨガ (60分) 中島	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる姿勢にラティス (60分) 奥村	10:30 ~ 11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 中島	定休日	10:30 ~ 11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 鈴木	10:30 ~ 11:40 ディーププレスヨガ (70分) 奥村					
12:15 ~ 13:15 美ボディローピラティス (60分) 奥村		12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 鈴木	12:15 ~ 13:15 発汗ダイエット (60分) 杉本	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 奥村		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 中島	12:15 ~ 13:15 エアロヨガ (60分) 奥村					
14:00 ~ 15:00 子宮温ヨガ (60分) 中島		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 中島	14:00 ~ 15:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 鈴木	14:00 ~ 15:00 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 奥村		14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) 鈴木	営業時間外					
営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 エアロヨガ (60分) 奥村		15:45 ~ 16:45 子宮温ヨガ (60分) 中島		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) 杉本		営業時間外						
				17:30 ~ 18:30 ポールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 杉本					17:30 ~ 18:30 もも原ヨガティス (60分) 鈴木	17:30 ~ 18:40 ディーププレスヨガ (70分) 奥村	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 鈴木	
				19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 杉本					19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 中島	19:15 ~ 20:15 背中美人ヨガ (60分) 杉本	19:15 ~ 20:15 ポールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 杉本	19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 中島
				21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) 鈴木					21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) 杉本	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 杉本	21:00 ~ 21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 奥村	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 中島

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 背中美人ヨガ (60分) 杉本	10:30 ~ 11:30 オトナのためのオールインワンヨガ (60分) 杉本	10:30 ~ 11:30 もも原ヨガティス (60分) 鈴木	定休日	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 奥村	10:30 ~ 11:30 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 奥村	営業時間外					
	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 中島	12:15 ~ 13:15 花物産スッキリヨガ (60分) 奥村	12:15 ~ 13:15 発汗ダイエット (60分) 杉本		12:15 ~ 13:15 発汗ダイエット (60分) 杉本	12:15 ~ 13:15 子宮温ヨガ (60分) 中島						
	14:00 ~ 15:00 ポールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 杉本	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 鈴木	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 杉本		14:00 ~ 15:10 ディーププレスヨガ (70分) 奥村	14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 中島						
	営業時間外	営業時間外	営業時間外		15:45 ~ 16:45 ポールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 杉本	15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 鈴木		営業時間外				
					17:30 ~ 18:30 美ボディローピラティス (60分) 奥村	営業時間外						
					17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 中島				17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 中島	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 奥村		
					19:15 ~ 20:15 子宮温ヨガ (60分) 中島				19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 鈴木	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 鈴木	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 杉本	
					21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) 鈴木				21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 鈴木	21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 鈴木	21:00 ~ 22:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 杉本	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 奥村

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 花物産スッキリヨガ (60分) 奥村	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 杉本	10:30 ~ 11:30 子宮温活ヨガ (60分) 中島	定休日	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) 鈴木	10:30 ~ 11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 鈴木	営業時間外	10:30 ~ 11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 中島	
12:15 ~ 13:15 育中美人ヨガ (60分) 杉本	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 杉本	12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 鈴木		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 鈴木	12:15 ~ 13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 奥村		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 杉本	
14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 奥村	14:00 ~ 15:00 もも原ヨガティス (60分) 鈴木	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 中島		14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 中島			14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 中島	
営業時間外	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 中島	15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) 鈴木					営業時間外	
17:30 ~ 18:30 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 杉本	17:30 ~ 18:30 子宮温活ヨガ (60分) 中島	営業時間外		17:30 ~ 18:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 奥村	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 杉本		17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 中島	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 鈴木
19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 中島	営業時間外			19:15 ~ 20:15 子宮温活ヨガ (60分) 中島	19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 中島		19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 中島	19:15 ~ 20:15 お腹引き締めヨガ (60分) 杉本
21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 中島				21:00 ~ 22:00 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 奥村	21:00 ~ 22:00 オトナののためのオールインワンヨガ (60分) 杉本		21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 鈴木	21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) 鈴木

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 鈴木	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 中島	定休日	10:30 ~ 11:30 滝汗ダイエット (60分) 杉本	10:30 ~ 11:30 子宮温活ヨガ (60分) 中島	営業時間外
12:15 ~ 13:15 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 奥村	12:15 ~ 13:15 子宮温活ヨガ (60分) 中島		12:15 ~ 13:15 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 杉本	12:15 ~ 13:15 オトナののためのオールインワンヨガ (60分) 杉本	
14:00 ~ 15:00 花物産スッキリヨガ (60分) 奥村	14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 杉本		14:00 ~ 15:00 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) 奥村	14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 中島	
15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 鈴木	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 杉本		15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) 鈴木	17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) 鈴木	
17:30 ~ 18:30 滝汗ダイエット (60分) 杉本	営業時間外		17:30 ~ 18:30 子宮温活ヨガ (60分) 中島	17:30 ~ 18:30 育中美人ヨガ (60分) 杉本	
営業時間外	営業時間外		19:15 ~ 20:15 エアロビヨガ (60分) 奥村	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 鈴木	
			21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 中島	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 鈴木	