

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08		
月	火	水	木	金	土	日	月		
定休日	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) M.izumi	10:30 ~ 11:30 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) M.izumi	営業時間外	10:30 ~ 11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) M.yuna	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) T.aoi	定休日		
	12:15 ~ 13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.izumi	12:15 ~ 13:15 疲せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) M.izumi		12:15 ~ 13:15 滝汗ダイエット (60分) T.aoi	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) Y.hana	12:15 ~ 13:45 アドハス90 (会員様限定) (90分) M.izumi			
	14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) Y.hana	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) M.yuna		14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana	14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) Y.hana	14:30 ~ 15:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) M.izumi			
	17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) T.aoi	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) M.yuna		17:00 ~ 18:30 EXハーフヨガ (会員様限定) (90分) M.izumi	15:45 ~ 16:45 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) M.izumi	16:15 ~ 17:15 滝汗ダイエット (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 背中美人ヨガ (60分) T.aoi		19:15 ~ 20:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) M.yuna	17:30 ~ 18:30 SUMOYOGA 四脚コブライスト (60分) M.izumi			
	21:00 ~ 22:00 はじめてのハーフヨガ (会員様限定) (60分) T.aoi	21:00 ~ 22:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi		21:00 ~ 22:00 エアロピヨガ (60分) T.aoi	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) M.izumi	15:45 ~ 16:45 SUMOYOGA 四脚コブライスト (60分) M.izumi			
						17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (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 スタンダード60 (60分) M.yuna

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 滝汗ダイエット (60分) T.aoi	10:30 ~ 11:30 はじめてのハーフヨガ (会員様限定) (60分) T.aoi	営業時間外	10:30 ~ 11:30 エアロピヨガ (60分) T.aoi	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) Y.hana	定休日	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) M.izumi
12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) M.yuna	12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) M.yuna	12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) T.aoi	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) M.yuna		12:15 ~ 13:45 アドハス90 (会員様限定) (90分) M.izumi
14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) T.aoi			14:00 ~ 15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) L.anna	14:00 ~ 15:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) M.izumi		14:30 ~ 15:30 スタンダード60 (60分) L.anna
				15:45 ~ 16:45 はじめてのハーフヨガ (会員様限定) (60分) T.aoi	15:45 ~ 16:45 SUMOYOGA 四脚コブライスト (60分) M.izumi		
				17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) Y.hana			
17:30 ~ 18:30 二の腕引き締めヨガ (60分) M.izumi	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) Y.hana		17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) Y.hana	17:30 ~ 18:15 ピラティス フットキャンパ (45分) M.izumi	17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) T.aoi		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) Y.hana
19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) M.yuna	19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.izumi		19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) L.anna	19:00 ~ 20:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) M.izumi	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 お腹引き締めヨガ (60分) Y.hana
21:00 ~ 22:00 肩こりリラックスヨガ (60分) M.izumi	21:00 ~ 22:00 SUMOYOGA 四脚コブライスト (60分) M.izumi		21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) Y.hana	20:45 ~ 21:45 スタンダード60 (60分) L.anna	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) M.yuna		21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) M.yuna

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24							
水	木	金	土	日	月	火	水							
10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分) M.izumi	営業時間外	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana	10:30 ~ 11:30 エアロビヨガ (60分) T.aoi	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) M.yuna	定休日	10:30 ~ 11:30 滝汗ダイエット (60分) T.aoi	10:30 ~ 11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi							
12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) I.anna		12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) T.aoi	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) I.anna	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) M.yuna	12:15 ~ 13:15 青年美人ヨガ (60分) T.aoi							
14:00 ~ 15:00 肩コリリラックスヨガ (60分) M.izumi		14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) Y.hana	14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) T.aoi	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) M.yuna		14:00 ~ 15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi	営業時間外							
営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 お腹引き締めヨガ (60分) Y.hana		15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) Y.hana		営業時間外						
				17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana		営業時間外								
				17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) T.aoi					17:30 ~ 18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) T.aoi	営業時間外				
				19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) M.yuna					19:15 ~ 20:15 滝汗ダイエット (60分) T.aoi		19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) I.anna	19:15 ~ 20:15 アドバンス90 (会員様限定) (90分) M.izumi	19:15 ~ 20:15 肩コリリラックスヨガ (60分) M.izumi	
				21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) Y.hana					21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) I.anna		21:00 ~ 22:00 青年美人ヨガ (60分) T.aoi	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) M.izumi	21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana	21:00 ~ 22:00 疲せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) M.izumi

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30				
木	金	土	日	月	火				
営業時間外	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) Y.hana	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) I.anna	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana	定休日	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) I.anna				
	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 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) M.izumi	12:15 ~ 13:15 エアロビヨガ (60分) T.aoi		12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) T.aoi				
	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) M.izumi	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) T.aoi	14:00 ~ 15:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) M.izumi		14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana				
	営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.izumi		15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) M.izumi	営業時間外			
			17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) M.yuna		営業時間外				
			17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) I.anna				17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) T.aoi	営業時間外	
			19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) Y.hana				18:45 ~ 20:15 アドバンス90 (会員様限定) (90分) M.izumi		19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) Y.hana
			21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) Y.hana				21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) M.yuna		21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) T.aoi