

札幌駅前店【4月1日～4月8日スケジュール】

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30	10:30～11:30		10:30～11:30	10:30～12:00	10:30～11:30	10:30～11:30	10:30～11:30
ホットピラティス (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		スタンダード80 (60分)	ヨガパワーヨガ (会員様限定) (60分)	スタンダード80 (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)
桑原	桑原		板橋	笹井	板橋	日暮	桑原
12:15～13:15	12:15～13:00		12:15～13:15	12:45～13:45	12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15
美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)		もも原ヨガティス (60分)	スタンダード80 (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	スタンダード80 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)
橋	鈴木		笹井	日暮	岡田	日暮	笹井
14:00～15:00			14:00～15:00	14:30～15:30	14:00～15:00	14:00～14:45	14:00～15:00
オトナのための オールインワンヨガ (60分)			肩こりリラックスヨガ (60分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	骨盤矯正ヨガ (60分)
岡田			鈴木	岡田	板橋	岡田	桑原
				16:15～17:15	15:45～16:45		
				骨盤矯正ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		
				日暮	笹井		
				18:00～19:00			
				オトナのための オールインワンヨガ (60分)			
				岡田			
17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:15	17:30～18:30			17:30～18:30	17:30～18:15
スタンダード80 (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	BEAT CORE HIT (45分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)			美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)
板橋	日暮	日暮	橋			岡田	岡田
19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15			19:15～20:15	19:15～20:15
リンパデトックスヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)	スタンダード80 (60分)	骨盤矯正ヨガ (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80 (60分)
板橋	笹井	鈴木	日暮			橋	板橋
21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00			21:00～22:00	21:00～22:00
お腹引き締めヨガ (60分)	スタンダード80 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)			アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)
笹井	日暮	板橋	岡田			鈴木	鈴木

札幌駅前店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
水	木	金	土	日	月	火	水
					定休日		
10:30～11:30		10:30～11:15	10:30～11:30	10:30～11:30		10:30～11:30	10:30～12:00
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		BEAT CORE HIT (45分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)	アドハンス80 (会員様限定) (60分)
橋		日暮	岡田	大山		桑原	橋
12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:30～13:30
ホットピラティス (60分)		肩こりリラックスヨガ (60分)	背中美人ヨガ (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)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)
桑原		鈴木	鈴木	板橋		橋	桑原
14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～14:45	14:00～15:00		14:00～15:00	
オトナのための オールインワンヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (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)		Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	
岡田		鈴木	岡田	岡田		岡田	
			15:45～16:45	15:45～16:45			
			スタンダード80 (60分)	小顔リフトピラティス (60分)			
			日暮	岡田			
			17:30～18:30				
			リンパデトックスヨガ (60分)				
			板橋				
	17:00～18:30	17:30～18:30				17:30～18:30	17:30～18:30
	アドハンス80 (会員様限定) (60分)	花粉症スッキリヨガ (60分)				オトナのための オールインワンヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)
	橋	笹井				岡田	板橋
19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15				19:15～20:15	19:15～20:00
骨盤矯正ヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	スタンダード80 (60分)				花粉症スッキリヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)
日暮	笹井	板橋				笹井	鈴木
21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00				21:00～22:00	21:00～22:00
エアロビヨガ (60分)	スタンダード80 (60分)	もも原ヨガティス (60分)				背中美人ヨガ (60分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)
笹井	鈴木	笹井				鈴木	日暮

札幌駅前店【4月17日～4月24日スケジュール】

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 板橋	10:30～11:30 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (80分) 鈴木	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 笹井	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 大井	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 鈴木	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 板橋	
	12:15～13:15 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 日暮	12:15～13:15 もも尻ヨガティス (80分) 笹井	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 笹井	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 鈴木	12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (80分) 桑原	12:15～13:15 ホットピラティス (80分) 桑原	
	14:00～15:00 エアロビヨガ (80分) 笹井	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 大井	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 板橋	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 笹井	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 板橋	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 日暮	
		15:45～16:45 小顔リフトピラティス (80分) 笹井	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 大井				
		17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 鈴木					
17:30～18:30 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (80分) 笹井	17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 鈴木			17:30～18:30 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 日暮	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 橋		17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 大山
19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 鈴木	19:15～20:15 もも尻ヨガティス (80分) 笹井			19:15～20:00 BEAT CORE HIT (45分) 日暮	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (80分) 日暮	18:45～20:15 EX(パワーヨガ (会員様限定) (80分) 笹井	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 板橋
21:00～21:45 BEAT CORE HIT (45分) 日暮	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 大井			21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 板橋	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 大井	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 鈴木	21:00～22:00 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 日暮

札幌駅前店【4月25日～4月31日スケジュール】

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
金	土	日	月	火	水
			定休日		
10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 笹井	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 笹井	10:30～11:30 肩コリラクセスヨガ (80分) 鈴木		10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 笹井	10:30～11:30 ホットピラティス (80分) 桑原
12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 橋	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 板橋	12:15～13:15 エアロビヨガ (80分) 大山		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (80分) 桑原	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 板橋
14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 日暮	14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分) 鈴木	14:00～15:00 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (80分) 大山		14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 大井	
	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 大井	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ (80分) 日暮		15:45～16:30 BEAT CORE HIT (45分) 日暮	
	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 鈴木			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 板橋	
17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 大井					17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (80分) 笹井
19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 鈴木					19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 橋
21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 板橋					21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 鈴木