

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 ホットピラティス (60分) 桑原	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 桑原		10:30～11:30 スタンダード80 (60分) 板橋	10:30～12:00 EINPADETTOKSYOGA (会員様限定)(60分) 笹井	10:30～11:30 スタンダード80 (60分) 岡田	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 桑原
12:15～13:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 橋	12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 鈴木		12:15～13:15 もも肩ヨガティス (60分) 笹井	12:45～13:45 スタンダード80 (60分) 日暮	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 岡田	12:15～13:15 スタンダード80 (60分) 日暮	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 桑原
14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 岡田			14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分) 鈴木	14:30～15:30 痩せる身体をつくる ダイエッタヨガ (60分) 岡田	14:00～15:00 リンパデットックスヨガ (60分) 日暮	14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岡田	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 桑原
				16:15～17:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 日暮		
				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 スタンダード80 (60分) 板橋	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT (45分) 日暮	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 橋		17:30～18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 岡田	17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岡田	17:30～18:15 岡田
19:15～20:15 リンパデットックスヨガ (60分) 板橋	19:15～20:15 エアロビヨガ (60分) 日暮	19:15～20:15 スタンダード80 (60分) 鈴木	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮		19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 橋	19:15～20:15 スタンダード80 (60分) 板橋	19:15～20:15 岡田
21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (60分) 笹井	21:00～22:00 スタンダード80 (60分) 日暮	21:00～22:00 リンパデットックスヨガ (60分) 板橋	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 岡田		21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 日暮	21:00～22:00 腰活ヨガ ver.2 (60分) 鈴木	21:00～22:00 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
10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 橋		10:30～11:15 BEAT CORE HIIT (45分) 日暮	10:30～11:30 全身ととのう 瘦たまんまヨガ (60分) 岡田	10:30～11:30 エアロビヨガ (60分) 大山		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 桑原	10:30～12:00 アジャンス90 (会員様限定)(60分) 橋
12:15～13:15 ホットピラティス (60分) 桑原		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分) 鈴木	12:15～13:15 背中美人ヨガ (60分) 鈴木	12:15～13:15 リンパデットックスヨガ (60分) 板橋		12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 橋	12:30～13:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 桑原
14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 岡田		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 鈴木	14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岡田	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 岡田		14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 岡田	
			15:45～16:45 スタンダード80 (60分) 日暮	15:45～16:45 小顎リフレッシュティス (60分) 岡田			
			17:30～18:30 リンパデットックスヨガ (60分) 板橋	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分) 日暮		17:30～18:30 リンドバデットックスヨガ (60分) 板橋	
	17:00～18:30 アドバンス90 (会員様限定)(60分) 橋	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分) 日暮			19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (60分) 板橋	19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 鈴木	
19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分) 笹井	19:15～20:15 スタンダード80 (60分) 板橋			21:00～22:00 音中美人ヨガ (60分) 鈴木	21:00～22:00 全身ととのう 瘦たまんまヨガ (60分) 日暮	
21:00～22:00 エアロビヨガ (60分) 笹井	21:00～22:00 スタンダード80 (60分) 鈴木	21:00～22:00 もも肩ヨガティス (60分) 日暮					

定休日

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 リンパデックスヨガ (60分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	10:30～11:30 リンパデックスヨガ (60分)		
板橋	鈴木	笹井	大井	鈴木	鈴木	板橋	
12:15～13:15 全身とのう 寝たまんまヨガ (60分)	12:15～13:15 もも尻ヨガティス (60分)	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	12:15～13:15 ホットピラティス (60分)		
日暮	笹井	笹井	鈴木	鈴木	鈴木	鈴木	
14:00～15:00 エアロビヨガ (60分)	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	14:00～15:00 リンパデックスヨガ (60分)	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	14:00～15:00 リンパデックスヨガ (60分)	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)		
笹井	大井	板橋	笹井	板橋	板橋	日暮	
		15:45～16:45 小顎リフトピラティス (60分)	15:45～16:45 スタンダード60 (60分)				
		鈴井	大井				
		17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)					
		鈴木					
17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	17:30～18:30 青中義人ヨガ (60分)			17:30～18:30 全身とのう 寝たまんまヨガ (60分)	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)		17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)
笹井	鈴木			日暮	鶴		大山
19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 (60分)	19:15～20:15 もも尻ヨガティス (60分)			19:15～20:00 BEAT CORE HIIT (45分)	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (60分)	18:45～20:15 EVAパワーヨガ (会員様限定)(90分)	19:15～20:15 リンパデックスヨガ (60分)
鈴木	笹井			日暮	日暮	笹井	板橋
21:00～21:45 BEAT CORE HIIT (45分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)			21:00～22:00 リンパデックスヨガ (60分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 (60分)	21:00～22:00 全身とのう 寝たまんまヨガ (60分)
日暮	大井			板橋	大井	鈴木	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
10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (60分)	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (60分)		10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	10:30～11:30 ホットピラティス (60分)
笹井	笹井	鈴木		笹井	鈴木
12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	12:15～13:15 リンパデックスヨガ (60分)	12:15～13:15 エアロビヨガ (60分)		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (60分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)
鶴	板橋	大山		鈴木	板橋
14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	14:00～15:00 青中義人ヨガ (60分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	
日暮	鈴木	大山		大井	
		15:45～16:45 スタンダード60 (60分)	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ (60分)		
		大井	日暮		
		17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分)			
		鈴木			
17:30～18:30 スタンダード60 (60分)				17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	
大井				笹井	
19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)				19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	
鈴木				鶴	
21:00～22:00 リンパデックスヨガ (60分)				21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	
板橋				鈴木	

定休日