

小山店【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	10:30～11:30	10:30～11:30	定休日	10:30～11:30
リンパデトックスヨガ (80分)	Sound Feel Yoga ver.2(80分)		スリムアッププレス (80分)	ココロカラダ リセットヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)		アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (80分)
惟任	陶山		長谷川	佐藤	惟任		陶山
12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15
Beet Drum Diet 3.0 (45分)	セルトル 美脚ヨガ (80分)		アロマリラクゼーション DEEP FOREST (80分)	スタンダード80 (80分)	エアロビヨガ (80分)		Sound Feel Yoga ver.2(80分)
蔵内	陶山		蔵内	惟任	長谷川		陶山
14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00
金身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	肩トレピラティス ヨガ(80分)		子音温活ヨガ (80分)	美ボディフロー ピラティス (80分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)		ホットピラティス (80分)
蔵内	蔵内		長谷川	佐藤	蔵内		蔵内
				15:45～16:45	15:45～16:45		
				リンパデトックスヨガ (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)		
				惟任	長谷川		
				17:30～18:30			
				アロマリラクゼーション FRUITY DIET (80分)			
				蔵内			
17:30～18:30		17:30～18:30	17:30～18:30				17:30～18:30
オトナのための オールインワンヨガ (80分)		みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	ホットピラティス (80分)				スタンダード80 (80分)
長谷川		佐藤	佐藤				惟任
19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15				19:15～20:15
美ボディフロー ピラティス (80分)	腸活ヨガ ver.2 (80分)	アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (80分)	スタンダード80 (80分)				お腹引き締めヨガ (80分)
佐藤	佐藤	惟任	惟任				長谷川
20:50～21:50	20:50～21:50	20:50～21:50	20:50～21:50				20:50～21:50
ココロカラダ リセットヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	Sound Feel Yoga ver.2(80分)	オトナのための オールインワンヨガ (80分)				リンパデトックスヨガ (80分)
佐藤	惟任	佐藤	佐藤				惟任

小山店【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		10:30～11:30	10:30～11:30	10:30～11:30	定休日	10:30～11:30	10:30～11:30
リンパデトックスヨガ (80分)		オトナのための オールインワンヨガ (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)	アロマリラクゼーション FRUITY DIET (80分)		ピラティス フットキッキング (45分)	美ボディフロー ピラティス (80分)
惟任		長谷川	蔵内	惟任		蔵内	佐藤
12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15
金身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)		ココロカラダ リセットヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	美ボディフロー ピラティス (80分)		リンパデトックスヨガ (80分)	セルトル 美脚ヨガ (80分)
蔵内		佐藤	惟任	蔵内		惟任	陶山
		14:00～15:00	14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00
		お腹引き締めヨガ (80分)	エアロビヨガ (80分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)		スタンダード80 (80分)	アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (80分)
		長谷川	長谷川	蔵内		惟任	陶山
			15:45～16:45	15:45～16:45			
			アロマリラクゼーション DEEP FOREST (80分)	スタンダード80 (80分)			
			惟任	惟任			
			17:30～18:30				
			ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)				
			蔵内				
17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30				17:30～18:30	
子音温活ヨガ (80分)	スリムアッププレス (80分)	金身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)				肩コリラクゼーション (80分)	
長谷川	長谷川	蔵内				長谷川	
19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15				19:15～20:15	19:15～20:15
ホットピラティス (80分)	オトナのための オールインワンヨガ (80分)	Sound Feel Yoga ver.2(80分)				オトナのための オールインワンヨガ (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)
佐藤	佐藤	佐藤				長谷川	倉持
20:50～21:50	20:50～21:50	20:50～21:50				20:50～21:50	20:50～21:50
エアロビヨガ (80分)	肩コリラクゼーション (80分)	美ボディフロー ピラティス (80分)				Sound Feel Yoga ver.2(80分)	子音温活ヨガ (80分)
長谷川	長谷川	蔵内				佐藤	長谷川

小山店【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 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 佐藤	10:30～11:30 スリムアッププレス(80分) 長谷川	10:30～11:30 ポールでゆるめてゆがみとりヨガ(80分) 藤内	定休日	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ(80分) 陶山	10:30～11:30 スタンダード80(80分) 惟任	
	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2(80分) 佐藤	12:15～13:15 ホットピラティス(80分) 佐藤	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 佐藤		12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET(80分) 陶山	12:15～13:00 ピラティス フードキャンプ(45分) 藤内	
	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ(80分) 長谷川	14:00～15:00 みるみる変わる姿勢ピラティス(80分) 佐藤	14:00～15:00 全身とどのう寝たまんまヨガ(80分) 藤内		14:00～15:00 腫トレビューティーヨガ(80分) 藤内		
		15:45～16:45 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST(80分) 惟任	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ(80分) 惟任				
		17:30～18:30 スタンダード80(80分) 惟任					
17:30～18:15 ピラティス フードキャンプ(45分) 藤内	17:30～18:30 ホットピラティス(80分) 藤内				17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ(80分) 佐藤	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ(80分) 佐藤	17:30～18:30 ホットピラティス(80分) 佐藤
19:15～20:15 肩コリラクセスヨガ(80分) 長谷川	19:15～20:15 スタンダード80(80分) 惟任				19:15～20:15 スタンダード80(80分) 惟任	19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2(80分) 佐藤	19:15～20:15 全身とどのう寝たまんまヨガ(80分) 横田
20:50～21:50 スタンダード80(80分) 惟任	20:50～21:50 花粉症スッキリヨガ(80分) 藤内				20:50～21:50 美ボディフローピラティス(80分) 佐藤	20:50～21:50 エアロビヨガ(80分) 長谷川	20:50～21:50 免疫セラピーヨガ(80分) 横田

小山店【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 リンパデトックスヨガ(80分) 惟任	10:30～11:30 オトナのためのオールインワンヨガ(80分) 長谷川	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ(80分) 陶山	定休日	10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ(80分) 会沢	10:30～11:30 子宮温活ヨガ(80分) 長谷川
12:15～13:15 スタンダード80(80分) 惟任	12:15～13:15 エアロビヨガ(80分) 長谷川	12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX(80分) 陶山		12:15～13:00 ピラティス フードキャンプ(45分) 会沢	12:15～13:15 スタンダード80(80分) 惟任
14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ(会員権限定)(80分) 藤内	14:00～15:00 スタンダード80(80分) 惟任	14:00～14:45 ピラティス フードキャンプ(45分) 会沢		14:00～15:00 みるみる変わる姿勢ピラティス(80分) 佐藤	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ(80分) 長谷川
	15:45～16:45 美ボディフローピラティス(80分) 佐藤	15:45～16:45 花粉症スッキリヨガ(80分) 会沢		15:45～16:45 スリムアッププレス(80分) 長谷川	
	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ(80分) 惟任			17:30～18:30 オトナのためのオールインワンヨガ(80分) 長谷川	
17:30～18:30 オトナのためのオールインワンヨガ(80分) 長谷川					
19:15～20:15 ホットピラティス(80分) 佐藤					19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ(80分) 佐藤
20:50～21:50 スリムアッププレス(80分) 長谷川					20:50～21:50 はじめてのパワーヨガ(会員権限定)(80分) 藤内