

秋田店【5月1日～5月8日スケジュール】

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:15 BEAT CORE HIT (45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)	定休日	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (60分)	
	桑原	猪島	桑原		望月	遠藤	
	12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	12:15～13:15 もも原ヨガティス (60分)	
	馬活ヨガ ver.2 (60分)	背中美人ヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)		猪島	桑原	
	望月	猪島	遠藤		14:00～15:00	14:00～15:00	
	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	スタンダード80 (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	
	望月	望月	遠藤		遠藤	遠藤	
		15:45～16:45	15:45～16:45		15:45～16:45		
		お腹引き締めヨガ (60分)	金身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)		ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)		
		望月	桑原		猪島		
		17:30～18:30			17:30～18:00		
		小顔リフトピラティス (60分)			アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		
		遠藤			望月		
17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	17:30～18:30 スタンダード80 (60分)						17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)
桑原	猪島						遠藤
19:15～20:15	19:15～20:15					18:45～20:15	19:15～20:15
ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)					アドバンス80 (会員様限定) (90分)	リンパデトックスヨガ (60分)
猪島	遠藤					桑原	猪島
21:00～22:00	21:00～22:00					21:00～22:00	21:00～22:00
もも原ヨガティス (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)					スタンダード80 (60分)	背中美人ヨガ (60分)
桑原	猪島					望月	猪島

秋田店【5月9日～5月16日スケジュール】

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 金身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	研修	研修	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (60分)		10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)
桑原	折下	猪島			桑原		猪島
12:15～13:15	12:15～13:25	12:15～13:45			12:15～13:15		12:15～13:15
リンパデトックスヨガ (60分)	Mother's Day Yoga (70分)	アドバンス80 (会員様限定) (60分)			みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)		ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)
桑原	遠藤	遠藤			桑原		猪島
14:00～15:00	14:00～15:00	14:30～15:30					14:00～15:00
セルトル美脚ヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)					もも原ヨガティス (60分)
望月	望月	猪島					桑原
	15:45～16:45	16:15～17:15					
	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	小顔リフトピラティス (60分)					
	望月	遠藤					
	17:30～18:30						
	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)						
	遠藤						
17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)					17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30
猪島					背中美人ヨガ (60分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	スタンダード80 (60分)
19:15～20:15					遠藤	猪島	未定
背中美人ヨガ (60分)					19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	19:15～20:00 BEAT CORE HIT (45分)	子宮温活ヨガ (60分)
猪島					猪島	桑原	桑原
21:00～22:00					21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00
馬活ヨガ ver.2 (60分)					ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)
望月					猪島	桑原	桑原

秋田店【5月17日～5月24日スケジュール】

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) (90分)	10:30～11:30 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (80分)	定休日	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分)		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみトリヨガ (80分)
森原	遠藤		猪島	森原		遠藤	猪島
12:45～13:45 全身ととう 寝たまんまヨガ (80分)	12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分)		12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)		12:15～13:15 眠れる体に整えるヨガ (80分)	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分)
森原	猪島		未定	森原		遠藤	森原
14:30～15:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分)		14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分)	14:00～15:00 全身ととう 寝たまんまヨガ (80分)		14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分)
遠藤	猪島		猪島	猪島		未定	猪島
16:00～17:00 ボールでゆるめて ゆがみトリヨガ (80分)	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (80分)						15:45～16:30 BEAT CORE HIT (45分)
猪島	遠藤						森原
17:45～18:45 骨盤矯正ヨガ (80分)							17:30～18:30 スタンダード80 (80分)
遠藤							未定
			17:30～18:30 もも尻ヨガティス (80分)		17:30～18:30 眠れる体に整えるヨガ (80分)	17:30～18:30 スタンダード80 (80分)	
			森原		遠藤	未定	
			19:15～20:15 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (80分)	19:15～20:15 スタンダード80 (80分)	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) (80分)	
			森原	未定	遠藤	森原	
			21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	21:00～22:00 眠れる体に整えるヨガ (80分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	
			遠藤	遠藤	未定	森原	

秋田店【5月25日～5月31日スケジュール】

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 もも尻ヨガティス (80分)	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分)	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)
森原		未定	森原		遠藤	森原
12:15～13:15 全身ととう 寝たまんまヨガ (80分)		12:15～13:15 ボールでゆるめて ゆがみトリヨガ (80分)	12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (80分)		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分)	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分)
猪島		猪島	森原		遠藤	猪島
14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分)			14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)
森原		猪島			未定	遠藤
15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分)						15:45～16:45 眠れる体に整えるヨガ (80分)
猪島						遠藤
						17:30～18:30 スタンダード80 (80分)
						未定
		17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分)	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分)	17:30～18:15 BEAT CORE HIT (45分)	17:30～18:30 全身ととう 寝たまんまヨガ (80分)	
		森原	遠藤	森原	猪島	
		19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分)	19:15～20:15 スタンダード80 (80分)	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	19:15～20:15 もも尻ヨガティス (80分)	
		森原	未定	森原	森原	
		21:00～22:00 小顔リフトピラティス (80分)	21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)	21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (80分)	
		遠藤	遠藤	未定	森原	