

秋田店【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 リンパデトックスヨガ (80分) 猪島	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス (80分) 桑原		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 遠藤	10:30～11:30 エアロピヨガ (80分) 猪島	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 望月		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 望月
12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 猪島	12:15～13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 猪島		12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 桑原	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 望月	12:15～13:45 EX/パワーヨガ (会員様限定) (90分) 桑原		12:15～13:15 免疫セラピーヨガ (80分) 桑原
14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 望月	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 猪島		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 桑原	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 遠藤	14:30～15:30 劇トレビューティー ヨガ(80分) 望月		14:00～15:00 全身とどのう 寝たまんまヨガ (80分) 桑原
				15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 猪島	16:15～17:15 背中美人ヨガ (80分) 猪島		
				17:30～18:30 ホットピラティス (80分) 望月			
17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (90分) 遠藤		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 猪島	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 望月				17:30～18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 猪島
19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ 桑原	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 遠藤	19:15～20:00 ピラティス ブートキャンプ (80分) 遠藤	19:15～20:15 劇トレビューティー ヨガ(80分) 望月				19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 遠藤
21:00～22:00 全身とどのう 寝たまんまヨガ (80分) 桑原	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 望月	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 遠藤	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 猪島				21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 遠藤

秋田店【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 腸活ヨガ ver.2 (80分) 遠藤		10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分) 猪島	10:30～11:30 劇トレビューティー ヨガ(80分) 望月	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 望月		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 遠藤	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 桑原
12:15～13:45 EX/パワーヨガ (会員様限定) (90分) 桑原		12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 遠藤	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 遠藤	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 遠藤	12:15～13:15 エアロピヨガ (80分) 望月	12:15～13:15 エアロピヨガ (80分) 望月	12:15～13:15 全身とどのう 寝たまんまヨガ (80分) 桑原
		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 猪島	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 遠藤	14:00～14:45 ピラティス ブートキャンプ (80分) 遠藤	14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 遠藤	14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 遠藤	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 遠藤
			15:45～16:45 背中美人ヨガ (80分) 猪島	15:45～16:45 腸活ヨガ ver.2 (80分) 望月			
			17:30～18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 猪島				
17:30～18:30 ホットピラティス (80分) 望月	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 猪島	17:30～18:30 劇トレビューティー ヨガ(80分) 望月				17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (80分) 桑原	
19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 望月	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 望月	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 遠藤				19:15～20:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 猪島	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 望月
21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 猪島	21:00～22:00 エアロピヨガ (80分) 猪島	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 望月				21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 桑原	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 猪島

秋田店【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 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 猪島	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 望月	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 遠藤		10:30～11:30 腫トレビューティー ヨガ(80分) 望月	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 遠藤	
	12:15～13:15 ホットピラティス (80分) 望月	12:15～13:45 EX/パワーヨガ (会員様限定)(90分) 桑原	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 桑原		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 望月	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 遠藤	
	14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 猪島	14:30～15:30 スタンダード80 (80分) 遠藤	14:00～15:00 美ボディロー ピラティス (80分) 桑原		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 桑原		
		16:15～17:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 桑原	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 望月				
		18:00～18:45 ピラティス フットキャンブ (80分) 遠藤					
17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 望月	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (80分) 桑原				17:30～18:30 免疫セラピーヨガ (80分) 桑原	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 望月	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 遠藤
19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 猪島	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 遠藤				19:15～20:15 エアロビヨガ (80分) 遠藤	19:15～20:15 全身とのお 腹たまんまヨガ (80分) 桑原	19:15～20:15 ホットピラティス (80分) 望月
21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分) 猪島	21:00～22:00 免疫セラピーヨガ (80分) 桑原				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 遠藤	21:00～21:45 ピラティス フットキャンブ (80分) 桑原	21:00～22:00 腫トレビューティー ヨガ(80分) 望月

秋田店【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 花粉症スッキリヨガ (80分) 桑原	10:30～11:30 美ボディロー ピラティス (80分) 桑原	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 猪島		10:30～11:30 全身とのお 腹たまんまヨガ (80分) 桑原	10:30～11:30 ホットピラティス (80分) 望月
12:15～13:00 ピラティス フットキャンブ (80分) 桑原	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 猪島	12:15～13:15 エアロビヨガ (80分) 望月		12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 望月	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 桑原
14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 猪島	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 遠藤	14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 猪島		14:00～14:45 ピラティス フットキャンブ (80分) 遠藤	14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 桑原
	15:45～16:45 免疫セラピーヨガ (80分) 桑原	15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (80分) 望月		15:30～16:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 望月	
	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 遠藤			17:15～18:45 EX/パワーヨガ (会員様限定)(90分) 桑原	
17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 望月					
19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 遠藤					19:15～20:15 背中美人ヨガ (80分) 猪島
21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (80分) 望月					21:00～22:00 背骨矯正ヨガ (80分) 遠藤