

01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30	
骨盤矯正ヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)		闘いビビューティーヨガ (60分)	パワーヨガ Advance (金具検定) (60分)		Beat Drum Diet 3.0 (45分)	スタンダード60 (60分)	
望月	望月		藤田	齊藤		望月	山本	
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	
パワーヨガ Advance (金具検定) (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		オトナのためのオールインワンヨガ (60分)	肩こりラックスヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分)	
齊藤	望月		齊藤	齊藤		清水	鈴木	
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	
スタンダード60 (60分)	子音響ヨガ (60分)		はじめてのパワーヨガ (金具検定) (60分)	スタンダード60 (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	
山本	清水		藤田	山本		望月	清水	
15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45						15:45 ~ 16:45	
肩こりラックスヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)						はじめてのパワーヨガ (金具検定) (60分)	
齊藤	清水						鈴木	
17:30 ~ 18:15				17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Beat Drum Diet 3.0 (45分)				スタンダード60 (60分)		子音響ヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	子音響ヨガ (60分)
望月			山本		清水	清水	清水	
			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		
			エアロヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		
			望月	清水	齊藤	清水		
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00		
			アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	スタンダード60 (60分)		
			望月	望月	齊藤	山本		

01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31	
日	月	火	水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
エアロヨガ (60分)		眠れる体に整えるヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	
望月		齊藤	山本		望月	望月	
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	
スタンダード60 (60分)		ピラティス フットキャンピング (45分)	滝汗ダイエット (60分)		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	オトナのためのオールインワンヨガ (60分)	
清水		永田	望月		齊藤	齊藤	
14:00 ~ 14:45		14:00 ~ 15:00			14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		スタンダード60 (60分)			滝汗ダイエット (60分)	闘いビビューティーヨガ (60分)	
望月		山本			望月	望月	
15:45 ~ 16:45						15:45 ~ 16:45	
リンパデトックスヨガ (60分)						スタンダード60 (60分)	
清水						山本	
			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15
			骨盤矯正ヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (金具検定) (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	オトナのためのオールインワンヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)
		望月	齊藤	清水	齊藤	齊藤	
		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		
		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分)	子音響ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		
		望月	齊藤	清水	山本		
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45		
		美ボディフローピラティス (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	ピラティス フットキャンピング (45分)		
		齊藤	清水	山本	齊藤		