

紀伊川辺店【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
10:20～11:20	10:20～11:20	10:20～11:50	10:20～11:20	10:20～11:20	10:20～11:20	定休日	10:20～11:20
エアロビヨガ (80分)	骨盤矯正ヨガ (80分)	EX/パワーヨガ (会員様限定) (80分)	リンパドレックスヨガ (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)	オトナのための オールインワンヨガ (80分)		肩コリリラックスヨガ (80分)
杉元	杉元	榎垣	杉元	久保	榎垣		梅原
12:00～13:00	12:00～12:45	12:30～13:30	12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00		12:00～13:00
オトナのための オールインワンヨガ (80分)	ピラティス フーズキャンピング (80分)	子宮温活ヨガ (80分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)	美ボディフロー ピラティス (80分)		お腹引き締めヨガ (80分)
榎垣	藤本	榎垣	榎垣	久保	榎垣		久保
13:40～14:40	13:40～14:40	14:10～15:10	13:40～14:40	13:40～14:40	13:40～14:40		13:40～14:40
美ボディフロー ピラティス (80分)	免疫セラピーヨガ (80分)	ホットピラティス (80分)	背中美人ヨガ (80分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	肩コリリラックスヨガ (80分)		子宮温活ヨガ (80分)
榎垣	藤本	梅原	榎垣	梅原	梅原		榎垣
15:20～16:20	15:20～16:20		15:20～16:20	15:20～16:20	15:20～16:20		15:20～16:05
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	スリムアッププレス (80分)		スタンダード80 (80分)	小顔リフトピラティス (80分)	セルトル美脚ヨガ (80分)		ピラティス フーズキャンピング (80分)
杉元	梅原		杉元	梅原	久保		榎垣
				17:00～18:00			
				Sound Feel Yoga ver.2 (80分)			
				藤本			
				18:30～19:30			
				アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)			
				藤本			
17:40～18:40	17:40～18:40	17:40～18:40	17:40～18:40				17:40～18:40
スタンダード80 (80分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)	骨盤矯正ヨガ (80分)	セルトル美脚ヨガ (80分)				スリムアッププレス (80分)
梅原	榎垣	杉元	久保				藤本
19:20～20:20	19:20～20:20	19:20～20:20	19:20～20:20				19:20～20:20
お腹引き締めヨガ (80分)	肩コリリラックスヨガ (80分)	エアロビヨガ (80分)	免疫セラピーヨガ (80分)				アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)
久保	梅原	杉元	藤本				藤本
21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00				21:00～22:00
リンパドレックスヨガ (80分)	背中美人ヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	Sound Feel Yoga ver.2 (80分)				エアロビヨガ (80分)
梅原	榎垣	久保	藤本				杉元

紀伊川辺店【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
10:20～11:20	10:20～11:20	10:20～11:20	10:20～11:20	10:20～11:20	定休日	10:20～11:20	10:20～11:20
美ボディフロー ピラティス (80分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	スタンダード80 (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)		パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)	オトナのための オールインワンヨガ (80分)
榎垣	杉元	梅原	久保	久保		榎垣	榎垣
12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00		12:00～13:00	12:00～13:30
免疫セラピーヨガ (80分)	Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	スタンダード80 (80分)	背中美人ヨガ (80分)	小顔リフトピラティス (80分)		花粉症スッキリヨガ (80分)	EX/パワーヨガ (会員様限定) (80分)
藤本	榎垣	杉元	榎垣	杉元		久保	榎垣
13:40～14:40	13:40～14:40	13:40～14:40	13:40～14:40	13:40～14:40		13:40～14:40	14:10～15:10
セルトル美脚ヨガ (80分)	骨盤矯正ヨガ (80分)	ホットピラティス (80分)	リンパドレックスヨガ (80分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)		背中美人ヨガ (80分)	小顔リフトピラティス (80分)
久保	杉元	梅原	久保	梅原		榎垣	梅原
	15:20～16:20	15:20～16:20	15:20～16:20	15:20～16:20		15:20～16:20	
	オトナのための オールインワンヨガ (80分)	小顔リフトピラティス (80分)	エアロビヨガ (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)		リンパドレックスヨガ (80分)	
	榎垣	杉元	杉元	久保		梅原	
			17:00～18:00				
			骨盤矯正ヨガ (80分)				
			杉元				
			18:30～19:30				
			パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)				
			榎垣				
17:40～18:40	17:40～18:40	17:30～18:30				17:40～18:40	17:40～18:40
小顔リフトピラティス (80分)	ホットピラティス (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)				肩コリリラックスヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)
杉元	梅原	久保				梅原	杉元
19:20～20:20	19:20～20:20	19:00～20:30				19:20～20:20	19:20～20:20
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	リンパドレックスヨガ (80分)	EX/パワーヨガ (会員様限定) (80分)				Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	骨盤矯正ヨガ (80分)
梅原	久保	榎垣				藤本	杉元
21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00				21:00～22:00	21:00～22:00
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	セルトル美脚ヨガ (80分)	子宮温活ヨガ (80分)				免疫セラピーヨガ (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)
梅原	久保	榎垣				藤本	久保

紀伊川辺店【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
10:20～11:20	10:20～11:20	10:20～11:05	10:20～11:20	定休日	10:20～11:20	10:20～11:05	10:20～11:20
エアロビヨガ (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)	ピラティス フットキャンピング (80分)	アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (80分)		免疫セラピーヨガ (80分)	ピラティス フットキャンピング (80分)	スタンダード80 (80分)
杉元	久保	藤本	杉元		藤本	稲垣	久保
12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00		12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00
骨盤矯正ヨガ (80分)	ホットピラティス (80分)	子宮温活ヨガ (80分)	スリムアッププレス (80分)		美ボディフロー 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)	セルトル美脚ヨガ (80分)
杉元	梅原	稲垣	藤本		稲垣	稲垣	久保
13:40～14:40	13:40～14:40	13:40～15:10	13:40～14:40		13:40～14:40	13:40～14:40	13:40～14:40
お腹引き締めヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	EX/パワーヨガ (会員様限定) (80分)	免疫セラピーヨガ (80分)		肩コリラクセスヨガ (80分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	ホットピラティス (80分)
久保	久保	稲垣	藤本		藤本	梅原	梅原
15:20～16:20	15:20～16:20	15:50～16:50	15:20～16:20		15:20～16:20		15:20～16:20
スタンダード80 (80分)	Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	肩コリラクセスヨガ (80分)	エアロビヨガ (80分)		背中美人ヨガ (80分)		肩コリラクセスヨガ (80分)
久保	稲垣	藤本	杉元		稲垣		藤本
		17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 杉元					
17:40～18:40	17:40～18:40				17:40～18:40	17:40～18:40	17:30～18:30
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	子宮温活ヨガ (80分)				お腹引き締めヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	Sound Feel Yoga ver.2 (80分)
梅原	稲垣				久保	久保	藤本
19:20～20:20	19:20～20:20				19:20～20:20	19:20～20:20	19:00～20:00
美ボディフロー ピラティス (80分)	アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (80分)				花粉症スッキリヨガ (80分)	エアロビヨガ (80分)	小顔リフトピラティス (80分)
稲垣	杉元				久保	杉元	杉元
21:00～22:00	21:00～21:45				21:00～22:00	21:00～22:00	20:30～22:00
オトナのための オールインワンヨガ (80分)	ピラティス フットキャンピング (80分)				スリムアッププレス (80分)	スタンダード80 (80分)	EX/パワーヨガ (会員様限定) (80分)
稲垣	藤本				梅原	藤本	稲垣

紀伊川辺店【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
10:20～11:20	10:20～11:20	10:20～11:20	定休日	10:20～11:20	10:20～11:20
お腹引き締めヨガ (80分)	子宮温活ヨガ (80分)	ホットピラティス (80分)		骨盤矯正ヨガ (80分)	背中美人ヨガ (80分)
久保	稲垣	梅原		杉元	稲垣
12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00		12:00～13:00	12:00～13:00
リンパデトックスヨガ (80分)	Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	骨盤矯正ヨガ (80分)		スリムアッププレス (80分)	小顔リフトピラティス (80分)
梅原	稲垣	杉元		藤本	杉元
13:40～14:40	13:40～14:40	13:40～14:25		13:40～14:40	13:40～14:40
スタンダード80 (80分)	免疫セラピーヨガ (80分)	ピラティス フットキャンピング (80分)		花粉症スッキリヨガ (80分)	パワーヨガAdvanso (会員様限定) (80分)
久保	藤本	藤本		久保	稲垣
15:20～16:20	15:20～16:20	15:20～16:20		15:20～16:20	15:20～16:20
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	セルトル美脚ヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)		美ボディフロー ピラティス (80分)	アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (80分)
梅原	久保	久保		稲垣	杉元
	17:00～18:00 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (80分) 杉元			17:00～18:00	
	18:30～19:30 ホットピラティス (80分) 梅原			子宮温活ヨガ (80分) 稲垣	
17:40～18:40				18:30～19:30 スタンダード80 (80分) 久保	17:40～18:40
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) 久保
稲垣					19:20～20:20
19:20～20:20					スリムアッププレス (80分) 梅原
パワーヨガAdvanso (会員様限定) (80分)					21:00～22:00
稲垣					リンパデトックスヨガ (80分) 梅原
21:00～22:00					
アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (80分) 杉元					