

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 エアロビヨガ (60分)	10:20～11:20 骨盤矯正ヨガ (60分)	10:20～11:50 EVAパワーヨガ (会員様限定)(60分)	10:20～11:20 リンパデトックスヨガ (60分)	10:20～11:20 お腹引き締めヨガ (60分)	10:20～11:20 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	10:20～11:20 梅原	10:20～11:20 肩コリラックスヨガ (60分)
杉元	杉元	福垣	杉元	久保	福垣	梅原	梅原
12:00～13:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	12:00～12:45 ピラティス ブーランジップ (60分)	12:30～13:30 子宮温活ヨガ (60分)	12:00～13:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	12:00～13:00 花粉症スッキリヨガ (60分)	12:00～13:00 美ボディヨガ ピラティス (60分)	12:00～13:00 お腹引き締めヨガ (60分)	12:00～13:00 梅原
福垣	藤本	福垣	福垣	久保	福垣	久保	久保
13:40～14:40 美ボディヨガ ピラティス (60分)	13:40～14:40 免疫セラピーヨガ (60分)	14:10～15:10 ホットピラティス (60分)	13:40～14:40 青中華人ヨガ (60分)	13:40～14:40 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	13:40～14:40 肩コリラックスヨガ (60分)	13:40～14:40 梅原	13:40～14:40 子宮温活ヨガ (60分)
福垣	藤本	梅原	福垣	梅原	梅原	梅原	福垣
15:20～16:20 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	15:20～16:20 スリムアッププレス (60分)		15:20～16:20 スタンダード60 (60分)	15:20～16:20 小顎リフトピラティス (60分)	15:20～16:20 セルトル美脚ヨガ (60分)	15:20～16:20 梅原	15:20～16:05 ピラティス ブーランジップ (60分)
杉元	梅原		杉元	梅原	久保	梅原	福垣
				17:00～18:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)		藤本	
				18:30～19:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		藤本	
17:40～18:40 スタンダード60 (60分)	17:40～18:40 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	17:40～18:40 骨盤矯正ヨガ (60分)	17:40～18:40 セルトル美脚ヨガ (60分)				17:40～18:40 スリムアッププレス (60分)
梅原	福垣	杉元	久保				藤本
19:20～20:20 お腹引き締めヨガ (60分)	19:20～20:20 肩コリラックスヨガ (60分)	19:20～20:20 エアロビヨガ (60分)	19:20～20:20 免疫セラピーヨガ (60分)				19:20～20:20 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)
久保	梅原	杉元	藤本				藤本
21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)	21:00～22:00 青中華人ヨガ (60分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)				21:00～22:00 エアロビヨガ (60分)
梅原	福垣	久保	藤本				杉元

定休日

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 美ボディヨガ ピラティス (60分)	10:20～11:20 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	10:20～11:20 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	10:20～11:20 スタンダード60 (60分)	10:20～11:20 お腹引き締めヨガ (60分)	10:20～11:20 梅原	10:20～11:20 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	10:20～11:20 オトナのための オールインワンヨガ (60分)
福垣	杉元	梅原	久保	久保	梅原	福垣	福垣
12:00～13:00 免疫セラピーヨガ (60分)	12:00～13:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	12:00～13:00 スタンダード60 (60分)	12:00～13:00 青中華人ヨガ (60分)	12:00～13:00 小顎リフトピラティス (60分)	12:00～13:00 杉元	12:00～13:00 花粉症スッキリヨガ (60分)	12:00～13:30 EVAパワーヨガ (会員様限定)(60分)
藤本	福垣	杉元	福垣	福垣	杉元	久保	梅原
13:40～14:40 セルトル美脚ヨガ (60分)	13:40～14:40 骨盤矯正ヨガ (60分)	13:40～14:40 ホットピラティス (60分)	13:40～14:40 リンパデトックスヨガ (60分)	13:40～14:40 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	13:40～14:40 梅原	13:40～14:40 青中華人ヨガ (60分)	14:10～15:10 小顎リフトピラティス (60分)
久保	杉元	梅原	久保	梅原	梅原	福垣	梅原
			15:20～16:20 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	15:20～16:20 小顎リフトピラティス (60分)	15:20～16:20 花粉症スッキリヨガ (60分)	15:20～16:20 リンパデトックスヨガ (60分)	
			福垣	杉元	久保	梅原	
				17:00～18:00 骨盤矯正ヨガ (60分)			
				杉元			
				18:30～19:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)			
				福垣			
17:40～18:40 小顎リフトピラティス (60分)	17:40～18:40 ホットピラティス (60分)	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)				17:40～18:40 肩コリラックスヨガ (60分)	17:40～18:40 スタンダード60 (60分)
杉元	梅原	久保				梅原	杉元
19:20～20:20 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	19:20～20:20 リンパデトックスヨガ (60分)	19:00～20:30 EVAパワーヨガ (会員様限定)(60分)				19:20～20:20 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	19:20～20:20 骨盤矯正ヨガ (60分)
梅原	久保	福垣				藤本	杉元
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (60分)	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分)				21:00～22:00 免疫セラピーヨガ (60分)	21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (60分)
梅原	久保	福垣				藤本	久保

定休日

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 エアロピヨガ (60分)	10:20～11:20 花粉症スッキリヨガ (60分)	10:20～11:05 ピラティス ブートキャンプ (60分)	10:20～11:20 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	10:20～11:20 杉元	10:20～11:05 免疫セラピーヨガ (60分)	10:20～11:20 ピラティス ブートキャンプ (60分)	10:20～11:20 スタンドード60 (60分)
杉元	久保	藤本	杉元	藤本	藤本	藤本	久保
12:00～13:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	12:00～13:00 ホットピラティス (60分)	12:00～13:00 子宮温活ヨガ (60分)	12:00～13:00 スリムアップブレス (60分)	12:00～13:00 美ボディフロー ピラティス (60分)	12:00～13:00 オナのための オールインワンヨガ (60分)	12:00～13:00 セルトル美脚ヨガ (60分)	12:00～13:00 セルトル美脚ヨガ (60分)
杉元	梅原	藤原	藤本	藤本	藤原	梅原	久保
13:40～14:40 お腹引き締めヨガ (60分)	13:40～14:40 リンパデトックスヨガ (60分)	13:40～15:10 EXパワーヨガ (会員様限定)(90分)	13:40～14:40 免疫セラピーヨガ (60分)	13:40～14:40 梅原	13:40～14:40 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	13:40～14:40 ホットピラティス (60分)	13:40～14:40 ホットピラティス (60分)
久保	久保	藤原	藤本	梅原	梅原	梅原	梅原
15:20～16:20 スタンドード60 (60分)	15:20～16:20 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	15:50～16:50 アロマリラックスヨガ (60分)	15:20～16:20 エアロピヨガ (60分)	15:20～16:20 梅原	15:20～16:20 骨中美人ヨガ (60分)	15:20～16:20 梅原	15:20～16:20 梅原
久保	藤原	藤本	杉元	梅原	梅原	梅原	梅原
		17:30～18:30 スタンドード60 (60分)					
		杉元					
17:40～18:40 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	17:40～18:40 子宮温活ヨガ (60分)				17:40～18:40 お腹引き締めヨガ (60分)	17:40～18:40 リンパデトックスヨガ (60分)	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)
梅原	藤原				久保	久保	藤本
19:20～20:20 美ボディフロー ピラティス (60分)	19:20～20:20 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	19:20～20:20 杉元			19:20～20:20 花粉症スッキリヨガ (60分)	19:20～20:20 エアロピヨガ (60分)	19:00～20:00 小顎リフトピラティス (60分)
藤原					久保	杉元	杉元
21:00～22:00 オナのための オールインワンヨガ (60分)	21:00～21:45 ピラティス ブートキャンプ (60分)	21:00～21:45 梅原			21:00～22:00 スリムアップブレス (60分)	21:00～22:00 スタンドード60 (60分)	20:30～22:00 EXパワーヨガ (会員様限定)(90分)
梅原	藤本				梅原	梅原	梅原

定休日

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 お腹引き締めヨガ (60分)	10:20～11:20 子宮温活ヨガ (60分)	10:20～11:20 ホットピラティス (60分)	10:20～11:20 骨中美人ヨガ (60分)	10:20～11:20 杉元	10:20～11:20 骨中美人ヨガ (60分)
久保	藤原	梅原	梅原	梅原	梅原
12:00～13:00 リンパデトックスヨガ (60分)	12:00～13:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	12:00～13:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	12:00～13:00 スリムアップブレス (60分)	12:00～13:00 小顎リフトピラティス (60分)	12:00～13:00 杉元
梅原	梅原	杉元	梅原	梅原	梅原
13:40～14:40 スタンドード60 (60分)	13:40～14:40 免疫セラピーヨガ (60分)	13:40～14:25 ピラティス ブートキャンプ (60分)	13:40～14:40 花粉症スッキリヨガ (60分)	13:40～14:40 久保	13:40～14:40 ナーワーヨガAdvance (会員様限定)(80分)
久保	藤本	藤本	梅原	梅原	梅原
15:20～16:20 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	15:20～16:20 セルトル美脚ヨガ (60分)	15:20～16:20 リンパデトックスヨガ (60分)	15:20～16:20 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	15:20～16:20 梅原	15:20～16:20 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)
梅原	久保	久保	杉元	梅原	梅原
	17:00～18:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	17:00～18:00 杉元		17:00～18:00 子宮温活ヨガ (60分)	
	18:30～19:30 ホットピラティス (60分)	18:30～19:30 梅原		18:30～19:30 梅原	
17:40～18:40 オナのための オールインワンヨガ (60分)				17:40～18:40 花粉症スッキリヨガ (60分)	17:40～18:40 梅原
梅原				久保	梅原
19:20～20:20 ナーワーヨガAdvance (会員様限定)(80分)				19:20～20:20 スリムアップブレス (60分)	19:20～20:20 梅原
梅原				久保	梅原
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)	21:00～22:00 梅原
杉元				梅原	梅原

定休日