

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08	
水	木	金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) S.Yuna	営業時間外	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Sumire	10:30 ~ 11:30 もも尻ヨガティス (60分) M.Ayana	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) A.Sumire	定休日	10:30 ~ 11:30 スリムアッププレス (60分) A.Sumire	10:30 ~ 12:00 アドバンス90 (会員様限定) (90分) M.Ayana	
12:15 ~ 13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sumire		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) S.Yuna	12:15 ~ 13:15 滝汗ダイクホジ (60分) E.Airi	12:00 ~ 13:00 スタンダード60 (60分) S.Yuna		12:15 ~ 13:15 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) A.Sumire	12:30 ~ 13:30 スタンダード60 (60分) E.Airi	
14:00 ~ 15:00 美ボディフローピラティス (60分) A.Sumire		14:00 ~ 15:00 子宮温活ヨガ (60分) A.Sumire	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) M.Ayana	13:30 ~ 15:00 アドバンス90 (会員様限定) (90分) A.Sumire		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) E.Airi	営業時間外	
営業時間外		営業時間外	15:45 ~ 16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) A.Sumire	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) S.Yuna		営業時間外		
			17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) M.Ayana	17:30 ~ 18:30 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) M.Ayana			17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) E.Airi	17:30 ~ 18:30 二の腕引き締めヨガ (60分) M.Ayana
19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) A.Sumire		19:15 ~ 20:15 滝汗ダイクホジ (60分) E.Airi	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) S.Yuna	営業時間外		営業時間外	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) E.Airi	19:15 ~ 20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) A.Sumire
21:00 ~ 22:00 滝汗ダイクホジ (60分) E.Airi		21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) S.Yuna	21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) M.Ayana				21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) M.Ayana	21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) A.Sumire
営業時間外		営業時間外	営業時間外				営業時間外	営業時間外

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16		
木	金	土	日	月	火	水	木		
営業時間外	10:20 ~ 10:30 【アサナ解説】コブラのポーズ S.Yuna	10:20 ~ 10:30 【アサナ解説】ダウンドック A.Sumire	10:30 ~ 11:30 loiveのWorkout MIX (60分) M.Ayana	定休日	10:30 ~ 11:30 滝汗ダイクホジ (60分) E.Airi	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) M.Ayana	営業時間外		
	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) S.Yuna	10:30 ~ 11:30 子宮温活ヨガ (60分) A.Sumire	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) E.Airi		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) S.Yuna	12:05 ~ 12:15 【アサナ解説】美足1のポーズ E.Airi			
	12:15 ~ 13:15 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) M.Ayana	12:00 ~ 13:30 FIRE (90分) M.Ayana	13:50 ~ 14:00 【アサナ解説】マリチのポーズ M.Ayana		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) A.Sumire	12:15 ~ 13:15 滝汗ダイクホジ (60分) E.Airi			
	14:00 ~ 15:00 loiveのWorkout MIX (60分) M.Ayana	14:00 ~ 15:00 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) A.Sumire	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) M.Ayana		営業時間外	14:00 ~ 15:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) M.Ayana			
	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Sumire	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) E.Airi	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) M.Ayana			17:30 ~ 18:30 スリムアッププレス (60分) K.Mei		17:30 ~ 18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sumire	
	19:15 ~ 20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) A.Sumire	19:15 ~ 20:15 オトナのためのオールインワンヨガ (60分) M.Ayana	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) S.Yuna		営業時間外	19:05 ~ 19:15 【アサナ解説】ダウンドック A.Sumire		19:15 ~ 20:15 スリムアッププレス (60分) K.Mei	19:05 ~ 19:15 【アサナ解説】コブラのポーズ S.Yuna
	20:50 ~ 21:00 【アサナ解説】美足1のポーズ E.Airi	21:00 ~ 22:00 滝汗ダイクホジ (60分) E.Airi	営業時間外			19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Sumire		21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) S.Yuna	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) S.Yuna
	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) E.Airi	営業時間外				21:00 ~ 22:00 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) K.Mei		営業時間外	21:00 ~ 22:00 美ボディフローピラティス (60分) A.Sumire
	営業時間外					営業時間外			営業時間外

