

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08		
金	土	日	月	火	水	木	金		
10:30 ~ 11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) Y.Izumi	10:30 ~ 11:30 全身と頭の 繋がりをヨガ (60分) T.Aoi	10:30 ~ 11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) H.Rise	定休日	10:30 ~ 11:30 スリムアッププレス (60分) Y.Izumi	10:30 ~ 11:30 花動能スッキリヨガ (60分) T.Aoi	営業時間外	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) O.Takako		
12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) O.Takako	12:15 ~ 13:15 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) Y.Izumi	12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) O.Takako		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) S.Shiori	12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) S.Shiori		12:15 ~ 13:15 劇トレビューティー ヨガ(60分) O.Takako		
14:00 ~ 15:00 スリムアッププレス (60分) Y.Izumi	14:00 ~ 15:00 花動能スッキリヨガ (60分) T.Aoi	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) S.Shiori		14:00 ~ 15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) Y.Izumi	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) T.Aoi		14:00 ~ 15:00 もも尻ヨガティス (60分) T.Aoi		
営業時間外	15:45 ~ 16:45 はじめてのホットピラティス (60分) Y.Izumi	15:45 ~ 16:45 リンパドレックスヨガ (60分) H.Rise		15:45 ~ 17:15 アドベンス90 (会員様限定) (90分) T.Aoi	15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) O.Takako		営業時間外		
	17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) H.Rise	営業時間外		営業時間外	営業時間外				
	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) S.Shiori	営業時間外		営業時間外	営業時間外				
	21:00 ~ 22:00 肩こりリラックスヨガ (60分) T.Aoi	営業時間外		営業時間外	営業時間外				
17:30 ~ 18:30 エアロピヨガ (60分) H.Rise	営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外		17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) S.Shiori	17:30 ~ 18:30 ピラティス ブートキャンプ (45分) Y.Izumi	
19:15 ~ 20:15 劇トレビューティー ヨガ(60分) O.Takako	営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外		19:15 ~ 20:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) Y.Izumi	21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) Y.Izumi	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) S.Shiori

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16		
土	日	月	火	水	木	金	土		
10:30 ~ 11:40 マブーズダイエット S.Shiori	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) T.Aoi	定休日	10:30 ~ 11:30 リンパドレックスヨガ (60分) H.Rise	10:30 ~ 11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) Y.Izumi	営業時間外	10:30 ~ 11:30 全身と頭の 繋がりをヨガ (60分) T.Aoi	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) H.Rise		
12:15 ~ 13:15 リンパドレックスヨガ (60分) H.Rise	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) H.Rise		12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) T.Aoi	12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) H.Rise		12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) S.Shiori	12:15 ~ 13:15 劇トレビューティー ヨガ(60分) O.Takako		
14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) Y.Izumi	14:00 ~ 15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) O.Takako		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) O.Takako	営業時間外		営業時間外	14:00 ~ 15:00 肩こりリラックスヨガ (60分) T.Aoi	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) H.Rise	
15:45 ~ 16:45 スリムアッププレス (60分) Y.Izumi	15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) H.Rise		15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) S.Shiori				15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST ver.2(60分) O.Takako		
17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) S.Shiori	営業時間外		17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) S.Shiori				17:30 ~ 18:30 劇トレビューティー ヨガ(60分) O.Takako	17:30 ~ 18:30 スリムアッププレス (60分) Y.Izumi	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) Y.Izumi
営業時間外			19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) Y.Izumi				19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) S.Shiori	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) S.Shiori	19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) Y.Izumi
			21:00 ~ 22:00 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) Y.Izumi	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) S.Shiori		21:00 ~ 22:00 リンパドレックスヨガ (60分) H.Rise	21:00 ~ 22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) O.Takako		

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24		
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) Y.Izumi	定休日	10:30 ~ 11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) S.Shiori	10:30 ~ 11:30 肩コリラックスヨガ (60分) T.Aoi	営業時間外	10:30 ~ 11:30 エアロビヨガ (60分) H.Rise	10:30 ~ 11:30 花動能スッキリヨガ (60分) T.Aoi	10:30 ~ 11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) T.Aoi		
12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) S.Shiori		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) S.Shiori	12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) T.Aoi		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) S.Shiori	12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) S.Shiori	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) H.Rise		
14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) S.Shiori		14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) Y.Izumi	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) S.Shiori		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) H.Rise	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) O.Takako	14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) T.Aoi		
15:45 ~ 16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) Y.Izumi		15:45 ~ 16:45 もも尻ヨガティス (60分) T.Aoi	15:45 ~ 16:45 眠れる体に整えるヨガ (60分) H.Rise		15:45 ~ 16:45 眠れる体に整えるヨガ (60分) H.Rise	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) S.Shiori	17:30 ~ 18:30 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) Y.Izumi	17:30 ~ 18:30 肩コリラックスヨガ (60分) T.Aoi	
営業時間外		17:30 ~ 18:30 エアロビヨガ (60分) H.Rise	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) T.Aoi		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) H.Rise	17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) H.Rise	17:30 ~ 18:30 スリムアッププレス (60分) Y.Izumi	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) O.Takako	営業時間外
		19:15 ~ 20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) T.Aoi	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) H.Rise		19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) H.Rise	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) T.Aoi	19:15 ~ 20:15 スリムアッププレス (60分) Y.Izumi	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) O.Takako	
		21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) H.Rise	21:00 ~ 22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) Y.Izumi		21:00 ~ 22:00 エアロビヨガ (60分) H.Rise	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) Y.Izumi	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) O.Takako	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) O.Takako	
		21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) H.Rise	21:00 ~ 22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) Y.Izumi		21:00 ~ 22:00 エアロビヨガ (60分) H.Rise	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) Y.Izumi	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) O.Takako	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) O.Takako	

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31	
月	火	水	木	金	土	日	
定休日	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) Y.Izumi	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) S.Shiori	営業時間外	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) H.Rise	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) S.Shiori	10:30 ~ 11:15 ピラティス フットキャンプ (45分) Y.Izumi	
	12:15 ~ 13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) H.Rise	12:15 ~ 13:00 ピラティス フットキャンプ (45分) Y.Izumi		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) H.Rise	12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) S.Shiori	12:15 ~ 13:15 肩コリラックスヨガ (60分) O.Takako	
	14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) H.Rise	14:00 ~ 15:00 もも尻ヨガティス (60分) T.Aoi		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) O.Takako	14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) S.Shiori	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) S.Shiori	
	17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) T.Aoi	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) S.Shiori		17:30 ~ 18:30 肩コリラックスヨガ (60分) H.Rise	17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) Y.Izumi	17:30 ~ 18:30 エアロビヨガ (60分) H.Rise	17:30 ~ 18:30 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) Y.Izumi
	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) S.Shiori	19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) O.Takako		19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) S.Shiori	19:15 ~ 20:15 肩コリラックスヨガ (60分) O.Takako	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) O.Takako	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) O.Takako
	21:00 ~ 22:00 もも尻ヨガティス (60分) T.Aoi	21:00 ~ 22:00 肩コリラックスヨガ (60分) O.Takako		21:00 ~ 22:00 エアロビヨガ (60分) H.Rise	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) Y.Izumi	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) O.Takako	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) O.Takako
	21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) O.Takako	21:00 ~ 22:00 肩コリラックスヨガ (60分) H.Rise		21:00 ~ 22:00 エアロビヨガ (60分) H.Rise	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) Y.Izumi	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) O.Takako	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) O.Takako
	21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) O.Takako	21:00 ~ 22:00 肩コリラックスヨガ (60分) H.Rise		21:00 ~ 22:00 エアロビヨガ (60分) H.Rise	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) Y.Izumi	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) O.Takako	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) O.Takako