

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) K.Ayaka	10:30 ~ 11:30 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) K.Ayaka	営業時間外	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Wakaba	10:30 ~ 11:30 エアロビヨガ (60分) U.Mai	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	定休日
	12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) U.Mai	12:15 ~ 13:15 エアロビヨガ (60分) U.Mai		12:15 ~ 13:15 肩コリラックスヨガ (60分) A.Mitsuki	12:15 ~ 13:15 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) K.Ayaka	12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) U.Mai	
	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) K.Ayaka	14:00 ~ 15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) K.Ayaka		14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) A.Mitsuki	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	14:00 ~ 15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) U.Mai	
	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	17:30 ~ 18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) K.Ayaka		17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) K.Ayaka	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) M.Wakaba	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) M.Wakaba	
	19:15 ~ 20:15 全身とこのう 寝たまんまヨガ (60分) A.Mitsuki	19:15 ~ 20:15 滝汗が「イッパツ」 (60分) M.Wakaba		19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Mitsuki	19:15 ~ 20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) U.Mai	19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Wakaba	
	20:50 ~ 21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) U.Mai	20:50 ~ 21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) U.Mai		20:50 ~ 21:50 美ボディフロー ピラティス (60分) K.Ayaka	20:50 ~ 21:50 オトナのための オールインワンヨガ (60分) K.Ayaka	20:50 ~ 21:50 オトナのための オールインワンヨガ (60分) K.Ayaka	
	15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) K.Ayaka	15:45 ~ 16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Wakaba		15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) M.Wakaba	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) M.Wakaba	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) M.Wakaba	
	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) M.Wakaba		17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) K.Ayaka	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) M.Wakaba	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) M.Wakaba	
	19:15 ~ 20:15 全身とこのう 寝たまんまヨガ (60分) A.Mitsuki	19:15 ~ 20:15 滝汗が「イッパツ」 (60分) M.Wakaba		19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Mitsuki	19:15 ~ 20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) U.Mai	19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Wakaba	
	20:50 ~ 21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) U.Mai	20:50 ~ 21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) U.Mai		20:50 ~ 21:50 美ボディフロー ピラティス (60分) K.Ayaka	20:50 ~ 21:50 オトナのための オールインワンヨガ (60分) K.Ayaka	20:50 ~ 21:50 オトナのための オールインワンヨガ (60分) K.Ayaka	

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) U.Mai	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) U.Mai	営業時間外	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) U.Mai	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) A.Mitsuki	定休日	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) A.Mitsuki	
12:15 ~ 13:15 スリムアッププレス (60分) A.Mitsuki	12:15 ~ 13:15 アドバンス90 (会員様限定) (90分) K.Ayaka		12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Mitsuki	12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) K.Mana	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) U.Mai		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) U.Mai	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) M.Wakaba
14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) A.Mitsuki	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) A.Mitsuki		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) U.Mai	14:00 ~ 15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Wakaba	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) A.Mitsuki		14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) A.Mitsuki	14:00 ~ 15:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Mitsuki
17:30 ~ 18:30 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) K.Ayaka	17:30 ~ 18:30 滝汗が「イッパツ」 (60分) M.Wakaba		17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) A.Mitsuki	17:30 ~ 18:30 スリムアッププレス (60分) A.Mitsuki	17:30 ~ 18:30 滝汗が「イッパツ」 (60分) M.Wakaba		17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) U.Mai	17:30 ~ 18:30 美ボディフロー ピラティス (60分) K.Ayaka
19:15 ~ 20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) K.Ayaka	19:15 ~ 20:15 肩コリラックスヨガ (60分) A.Mitsuki		19:15 ~ 20:15 エアロビヨガ (60分) U.Mai	19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Wakaba	19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Wakaba		19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) U.Mai	19:15 ~ 20:15 滝汗が「イッパツ」 (60分) M.Wakaba
20:50 ~ 21:50 滝汗が「イッパツ」 (60分) M.Wakaba	20:50 ~ 21:50 全身とこのう 寝たまんまヨガ (60分) A.Mitsuki		20:50 ~ 21:50 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Mitsuki	20:50 ~ 21:50 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	20:50 ~ 21:50 スタンダード60 (60分) M.Wakaba		20:50 ~ 21:50 セルトル美脚ヨガ (60分) U.Mai	20:50 ~ 21:50 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) K.Ayaka
15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) K.Mana	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) U.Mai		15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) K.Mana	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) M.Wakaba	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) M.Wakaba		15:45 ~ 16:45 セルトル美脚ヨガ (60分) U.Mai	15:45 ~ 16:45 セルトル美脚ヨガ (60分) U.Mai
17:30 ~ 18:30 滝汗が「イッパツ」 (60分) M.Wakaba	17:30 ~ 18:30 滝汗が「イッパツ」 (60分) M.Wakaba		17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) A.Mitsuki	17:30 ~ 18:30 スリムアッププレス (60分) A.Mitsuki	17:30 ~ 18:30 滝汗が「イッパツ」 (60分) M.Wakaba		17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) U.Mai	17:30 ~ 18:30 美ボディフロー ピラティス (60分) K.Ayaka
19:15 ~ 20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) K.Ayaka	19:15 ~ 20:15 肩コリラックスヨガ (60分) A.Mitsuki		19:15 ~ 20:15 エアロビヨガ (60分) U.Mai	19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Wakaba	19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Wakaba		19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) U.Mai	19:15 ~ 20:15 滝汗が「イッパツ」 (60分) M.Wakaba
20:50 ~ 21:50 滝汗が「イッパツ」 (60分) M.Wakaba	20:50 ~ 21:50 全身とこのう 寝たまんまヨガ (60分) A.Mitsuki		20:50 ~ 21:50 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Mitsuki	20:50 ~ 21:50 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	20:50 ~ 21:50 スタンダード60 (60分) M.Wakaba		20:50 ~ 21:50 セルトル美脚ヨガ (60分) U.Mai	20:50 ~ 21:50 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) K.Ayaka

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24				
水	木	金	土	日	月	火	水				
10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) K.Ayaka	営業時間外	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	10:30 ~ 11:30 スリムアッププレス (60分) A.Mitsuki	10:30 ~ 11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Mitsuki	定休日	10:30 ~ 11:30 肩コリラックスヨガ (60分) A.Mitsuki	10:30 ~ 11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) K.Ayaka				
12:15 ~ 13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Wakaba		12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) U.Mai	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) U.Mai	12:15 ~ 13:15 美ボディフロー ピラティス (60分) K.Ayaka		12:15 ~ 13:15 全身とどう 寝たまんまヨガ (60分) A.Mitsuki	12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) U.Mai				
14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) M.Wakaba		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) M.Wakaba	14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Mitsuki	14:00 ~ 15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) U.Mai		14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) K.Ayaka	営業時間外				
営業時間外		営業時間外	15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) U.Mai	15:45 ~ 16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分) K.Ayaka		営業時間外					
			17:30 ~ 18:30 全身とどう 寝たまんまヨガ (60分) A.Mitsuki	17:30 ~ 18:30 特別レッスン (60分) A.Mitsuki							
			17:30 ~ 18:30 滝汗'17t3h' (60分) M.Wakaba	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) U.Mai				17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) A.Mitsuki			
			19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) K.Ayaka	19:15 ~ 20:15 背中美人ヨガ (60分) K.Ayaka				19:15 ~ 20:15 肩コリラックスヨガ (60分) A.Mitsuki	19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Wakaba	19:15 ~ 20:15 美ボディフロー ピラティス (60分) K.Ayaka	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) M.Wakaba
			20:50 ~ 21:50 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Mitsuki	20:50 ~ 21:50 リンパデトックスヨガ (60分) M.Wakaba				20:50 ~ 21:50 はじめてのホットピラティス (60分) A.Mitsuki	20:50 ~ 21:50 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	20:50 ~ 21:50 スリムアッププレス (60分) A.Mitsuki	

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30			
木	金	土	日	月	火			
営業時間外	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) U.Mai	10:30 ~ 11:30 美ボディフロー ピラティス (60分) K.Ayaka	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	定休日	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) M.Wakaba			
	12:15 ~ 13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Wakaba	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) M.Wakaba	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) U.Mai		12:15 ~ 13:15 美ボディフロー ピラティス (60分) K.Ayaka			
	14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) U.Mai	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) A.Mitsuki	14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) U.Mai		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) M.Wakaba			
	営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分) K.Ayaka		15:45 ~ 16:45 滝汗'17t3h' (60分) M.Wakaba	営業時間外		
			17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) M.Wakaba		営業時間外			
			17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) U.Mai				17:30 ~ 18:30 骨盤矯正ヨガ (60分) U.Mai	
			19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) K.Ayaka				19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Mitsuki	19:15 ~ 20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) K.Ayaka
			20:50 ~ 21:50 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) K.Ayaka				20:50 ~ 21:50 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Mitsuki	20:50 ~ 21:50 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) A.Mitsuki