

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 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	10:30 ~ 11:30 滝汗が「イロトキ」 (60分) M.Wakaba	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) U.Mai	定休日	10:30 ~ 11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) K.Ayaka	10:30 ~ 11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Mitsuki	営業時間外	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) U.Mai	
12:15 ~ 13:15 スリムアッププレス (60分) A.Mitsuki	12:15 ~ 13:15 腸活ヨガ ver.2 (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 12:15 ~ 13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) A.Mitsuki	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) M.Wakaba		12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) K.Ayaka	
14:00 ~ 15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Wakaba	14:00 ~ 14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) U.Mai	14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) U.Mai		14:00 ~ 15:00 14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) M.Wakaba	14:00 ~ 15:00 14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) K.Ayaka		14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) U.Mai	
営業時間外	15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	15:45 ~ 16:45 滝汗が「イロトキ」 (60分) M.Wakaba		15:45 ~ 16:45 15:45 ~ 16:45 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) A.Mitsuki	15:45 ~ 16:45 15:45 ~ 16:45 肩コリラックスヨガ (60分) A.Mitsuki		営業時間外	
	17:30 ~ 18:15 ピラティス フートキャンプ (45分) K.Ayaka	営業時間外		17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) K.Ayaka	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) K.Ayaka			
	17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) K.Ayaka			17:30 ~ 18:30 二の腕引き締めヨガ (60分) A.Mitsuki	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) M.Wakaba			
19:15 ~ 20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) U.Mai	営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外		19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) A.Mitsuki	19:15 ~ 20:15 滝汗が「イロトキ」 (60分) M.Wakaba
20:50 ~ 21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) K.Ayaka							20:50 ~ 21:50 滝汗が「イロトキ」 (60分) M.Wakaba	20:50 ~ 21:50 子資温活ヨガ (60分) K.Ayaka

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 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) U.Mai	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) W.Nanami	定休日	10:30 ~ 11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) K.Ayaka	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) K.Ayaka	営業時間外	10:30 ~ 11:15 ピラティス フートキャンプ (45分) K.Ayaka	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Wakaba		
12:05 ~ 13:15 70「ズ」イロトキ M.Wakaba	12:15 ~ 13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) K.Ayaka		12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) U.Mai	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 12:15 ~ 13:15 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) A.Mitsuki	12:15 ~ 13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) A.Mitsuki		
14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) U.Mai	14:00 ~ 15:00 エアロビヨガ (60分) W.Nanami		14:00 ~ 14:45 ピラティス フートキャンプ (45分) K.Ayaka	営業時間外		営業時間外	営業時間外	14:00 ~ 15:00 スリムアッププレス (60分) A.Mitsuki	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) M.Wakaba
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 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) A.Mitsuki		営業時間外					営業時間外	営業時間外
17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) K.Ayaka	営業時間外			営業時間外		17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) U.Mai	17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Mitsuki		
営業時間外			19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) A.Mitsuki			19:15 ~ 20:15 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) A.Mitsuki	19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) K.Ayaka	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) U.Mai	
			20:50 ~ 21:50 肩コリラックスヨガ (60分) A.Mitsuki			20:50 ~ 21:50 Beat Drum Diet 3.0 (45分) U.Mai	20:50 ~ 21:50 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	20:50 ~ 21:50 背中美人ヨガ (60分) K.Ayaka	
			20:50 ~ 21:50 肩コリラックスヨガ (60分) A.Mitsuki			20:50 ~ 21:50 Beat Drum Diet 3.0 (45分) U.Mai	20:50 ~ 21:50 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	20:50 ~ 21:50 背中美人ヨガ (60分) K.Ayaka	

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24
日	月	火	水	木	金	土	日
全店研修	定休日	10:30 ~ 11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) K.Ayaka	10:30 ~ 11:30 リンパドックスヨガ (60分) M.Wakaba	営業時間外	10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分) A.Mitsuki	10:30 ~ 11:30 肩コリラックスヨガ (60分) A.Mitsuki	10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) U.Mai
		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	12:15 ~ 13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) U.Mai		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	12:15 ~ 13:15 滝汗が「イェト」 (60分) M.Wakaba	12:15 ~ 13:15 リンパドックスヨガ (60分) M.Wakaba
		14:00 ~ 15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) K.Ayaka	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) W.Nanami		14:00 ~ 15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (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 骨盤矯正ヨガ (60分) U.Mai
		17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Mitsuki	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) M.Wakaba		17:30 ~ 18:30 滝汗が「イェト」 (60分) W.Nanami	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 スタンダード60 (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 肩コリラックスヨガ (60分) A.Mitsuki		19:15 ~ 20:15 お腹引き締めヨガ (60分) U.Mai	19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) W.Nanami	17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Mitsuki
		20:50 ~ 21:50 スリムアッププレス (60分) A.Mitsuki	20:50 ~ 21:50 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) K.Ayaka		20:50 ~ 21:50 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) U.Mai	20:50 ~ 21:50 骨盤矯正ヨガ (60分) U.Mai	営業時間外

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 全身どこのう 寝たまんまヨガ (60分) A.Mitsuki	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) U.Mai	営業時間外	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) A.Mitsuki	10:30 ~ 11:30 スリムアッププレス (60分) A.Mitsuki	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分) U.Mai	
	12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) U.Mai	12:15 ~ 13:15 滝汗が「イェト」 (60分) M.Wakaba		12:15 ~ 13:15 リンパドックスヨガ (60分) M.Wakaba	12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) K.Ayaka	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) K.Ayaka	
	14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) A.Mitsuki	14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Mitsuki		14:00 ~ 15:00 滝汗が「イェト」 (60分) M.Wakaba	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) U.Mai	14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Mitsuki	
	17:30 ~ 18:30 子宮温活ヨガ (60分) K.Ayaka	17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) A.Mitsuki		17:30 ~ 18:30 リンパドックスヨガ (60分) M.Wakaba	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) K.Ayaka	15:45 ~ 16:45 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) K.Ayaka	15:45 ~ 16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) K.Ayaka
	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (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 スタンダード60 (60分) M.Wakaba	19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) A.Mitsuki	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 特別レッスン (60分) A.Mitsuki
	20:50 ~ 21:35 ピラティス ブートキャンプ (45分) K.Ayaka	20:50 ~ 21:50 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) A.Mitsuki		20:50 ~ 21:50 背中美人ヨガ (60分) K.Ayaka	20:50 ~ 21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) K.Ayaka	営業時間外	営業時間外