

自由が丘店【5月1日～5月8日スケジュール】

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (90分)	10:30～11:30 もも原ヨガティス (90分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (90分)	定休日	10:30～12:00 EYハワーヨガ (会員様限定) (90分)	10:30～11:30 スタンダード80 (90分)	
	藤田	君島	秋元		君島	秋元	
	12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	12:15～13:15 肩こりリラックスヨガ (90分)	12:15～13:15 スタンダード80 (90分)		12:45～13:45 セルトル美脚ヨガ (90分)	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (90分)	
	君島	齊藤	小山		秋元	齊藤	
	14:00～15:00 腫トレビューティー ヨガ (90分)	14:00～15:00 背中美人ヨガ (90分)	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (90分)		14:30～15:30 骨盤矯正ヨガ (90分)	14:00～15:00 SUMOYOGA 四肢コアエクスト (90分)	
	藤田	齊藤	齊藤		齊藤	齊藤	
		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (90分)	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (90分)		16:15～17:15 全身ととう 散たまんまヨガ (90分)		
		秋元	秋元		齊藤		
17:30～18:30 スタンダード80 (90分)	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (90分)	17:30～18:30 スタンダード80 (90分)			18:00～19:00 ホットピラティス (90分)		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (90分)
秋元	齊藤	秋元			君島		君島
19:15～20:15 背中美人ヨガ (90分)	19:15～20:15 肩こりリラックスヨガ (90分)					19:15～20:15 肩こりリラックスヨガ (90分)	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (90分)
君島	齊藤					君島	秋元
21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (90分)	21:00～22:00 スタンダード80 (90分)					21:00～22:00 もも原ヨガティス (90分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (90分)
君島	小山					君島	秋元

自由が丘店【5月9日～5月16日スケジュール】

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 背中美人ヨガ (90分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (90分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (90分)	定休日	臨時休業	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (90分)		10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (90分)
藤田	君島	秋元			秋元		君島
12:15～13:15 腫トレビューティー ヨガ (90分)	12:15～13:15 Mother's Day Yoga (70分)	12:15～13:15 ホットピラティス (90分)			12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (90分)		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (90分)
藤田	齊藤・君島	君島			齊藤		大関
14:00～15:00 スタンダード80 (90分)	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (90分)	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (90分)					14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 (90分)
秋元	君島	秋元					大関
	15:45～16:45 スタンダード80 (90分)	15:45～16:45 全身ととう 散たまんまヨガ (90分)					
	杉山	君島					
17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (90分)	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (90分)				17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (90分)	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (90分)	17:30～18:30 腫トレビューティー ヨガ (90分)
秋元	齊藤				望月	望月	望月
19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)					19:15～20:15 スタンダード80 (90分)	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (90分)	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (90分)
大関					君島	秋元	望月
21:00～22:00 スタンダード80 (90分)					21:00～22:00 腫活ヨガ ver.2 (90分)	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (90分)	21:00～22:00 全身ととう 散たまんまヨガ (90分)
小島					望月	秋元	齊藤

自由が丘店【5月17日～5月24日スケジュール】

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30	10:30～11:30	定休日	10:30～11:30	10:30～12:00		10:30～11:30	10:30～11:30
背中美人ヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)		腸活ヨガ ver.2 (80分)	EXパワーヨガ (会員様限定) (80分)		スタンダード80 (80分)	腸活ヨガ ver.2 (80分)
君島	小島		望月	齊藤		望月	望月
12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:45～13:45		12:15～13:15	12:15～13:15
骨盤矯正ヨガ (80分)	エアロビヨガ (80分)		スタンダード80 (80分)	腫トレビューティー ヨガ(80分)		もも尻ヨガティス (80分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)
齊藤	望月		清水	望月		君島	齊藤
14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00	14:30～15:30		14:00～15:00	14:00～15:00
全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)		お腹引き締めヨガ (80分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)		リンパデトックスヨガ (80分)	Sound Feel Yoga ver.2 (80分)
君島	齊藤		望月	望月		君島	望月
15:45～16:45	15:45～16:45						15:45～16:45
肩コリラックスヨガ (80分)	ホットピラティス (80分)						スタンダード80 (80分)
齊藤	望月						清水
17:30～18:30			17:30～18:30		17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30
スタンダード80 (80分)			骨盤矯正ヨガ (80分)		スタンダード80 (80分)	肩コリラックスヨガ (80分)	背中美人ヨガ (80分)
清水			齊藤		清水	齊藤	齊藤
			19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	
			全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	ホットピラティス (80分)	セルトル美脚ヨガ (80分)	
			齊藤	君島	望月	齊藤	
			21:00～22:00	21:00～21:45	21:00～22:00	21:00～22:00	
			パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	腸活ヨガ ver.2 (80分)	スタンダード80 (80分)	
			君島	君島	望月	清水	

自由が丘店【5月25日～5月31日スケジュール】

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30	定休日	10:30～11:30	10:30～11:30		10:30～11:30	10:30～11:30
パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)		スタンダード80 (80分)	背中美人ヨガ (80分)		腸活ヨガ ver.2 (80分)	エアロビヨガ (80分)
君島		齊藤	齊藤		望月	望月
12:15～13:15		12:15～13:00	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15
肩コリラックスヨガ (80分)		Beat Drum Diet 3.0 (45分)	スタンダード80 (80分)		ホットピラティス (80分)	骨盤矯正ヨガ (80分)
齊藤		君島	清水		望月	齊藤
14:00～15:00		14:00～15:00			14:00～15:00	14:00～15:00
スタンダード80 (80分)		みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)			スタンダード80 (80分)	セルトル美脚ヨガ (80分)
君島		君島			清水	齊藤
15:45～16:45						15:45～16:45
SUMOMOYOGA 四股コタイエト (80分)						腫トレビューティー ヨガ(80分)
齊藤						望月
		17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	17:00～18:00	17:30～18:30
		腫トレビューティー ヨガ(80分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	もも尻ヨガティス (80分)	眠れる体に整えるヨガ (80分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)
		望月	齊藤	君島	齊藤	君島
		19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	18:45～19:45	
		お腹引き締めヨガ (80分)	腸活ヨガ ver.2 (80分)	スタンダード80 (80分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	
		望月	望月	清水	君島	
		21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	20:30～22:00	
		スタンダード80 (80分)	エアロビヨガ (80分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	EXパワーヨガ (会員様限定) (90分)	
		清水	望月	君島	君島	