

【 01/25 ~ 01/30 】		スケジュール			2026/01/22	更新
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31
8:30 ~ 9:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) K.Saori	月	火	水	木	金	土 8:30 ~ 9:30 スタンダード 60 (60分) I.Ayaka
10:30 ~ 11:30 Movie Heroine Yoga (45分) K.Aoi	9:30 ~ 10:30 リンパデトックスヨガ (60分) K.Saori	9:30 ~ 10:30 二の腕引き締めヨガ (60分) K.Saori	9:30 ~ 10:30 はじめてのパワーヨガ (全員標準設定) (60分) A.Sakura	9:30 ~ 10:30 免疫セラピーヨガ (60分) K.Aoi	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) I.Ayaka	
12:30 ~ 13:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分) K.Saori	11:30 ~ 12:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) K.Saori	11:30 ~ 12:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.Saori	11:30 ~ 12:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) K.Meい	11:30 ~ 12:15 Movie Heroine Yoga (45分) K.Aoi	12:30 ~ 13:30 オトナのための オールインワーヨガ (60分) I.Ayaka	
14:30 ~ 15:15 全身とのう 整たまんヨガ (60分) K.Aoi	13:30 ~ 14:30 セルトル美脚ヨガ (60分) スクリーン	13:30 ~ 14:30 スタンダード 60 (60分) K.Meい	13:30 ~ 14:30 泡汗ゲイストヨガ (60分) A.Sakura	13:30 ~ 14:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スクリーン	14:30 ~ 15:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.Meい	
定休日	営業時間外		営業時間外		営業時間外	
	17:00 ~ 18:00 もも肩ヨガティス (60分) S.Kana		17:00 ~ 18:00 オトナのための オールインワーヨガ (60分) I.Ayaka		17:00 ~ 18:00 みんな見る変わる 美脚ヨガティス (60分) スクリーン	
	19:00 ~ 20:00 黒活ヨガ ver.2 (60分) S.Kana		19:00 ~ 20:00 はじめてのホットヨガティス (60分) S.Kana		19:00 ~ 20:00 全身とのう 整たまんヨガ (60分) I.Ayaka	
	21:00 ~ 22:00 みんな見る変わる 美脚ヨガティス (60分) スクリーン		21:00 ~ 22:00 泡汗ゲイストヨガ (60分) A.Sakura		21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) K.Saori	