

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
金	土	日	月	火	水	木	金
		8:30 ~ 9:30 骨盤矯正ヨガ (60分) K.Aoi					
9:30 ~ 10:30 はじめてのホットピラティス (60分) A.Sakura	9:30 ~ 10:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) S.Kana	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) A.Sakura		9:30 ~ 10:30 スタンダード 60 (60分) T.Tomomi	9:30 ~ 10:30 肩こりリラックスヨガ (60分) S.Kana	9:30 ~ 10:30 背中美人ヨガ (60分) K.Aoi	
11:30 ~ 12:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) A.Sakura	11:30 ~ 12:30 肩こりリラックスヨガ (60分) S.Kana	12:30 ~ 13:30 エアロビヨガ (60分) K.Aoi		11:30 ~ 12:30 子宮温活ヨガ (60分) I.Ayaka	11:30 ~ 12:30 スタンダード 60 (60分) K.Mei	11:30 ~ 12:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) スグリーン	
13:30 ~ 14:30 セトル美脚ヨガ (60分) スグリーン	13:30 ~ 14:30 スタンダード 60 (60分) K.Mei	14:30 ~ 15:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Sakura		13:30 ~ 14:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) I.Ayaka	13:30 ~ 14:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) K.Mei	13:30 ~ 14:30 全身とのお 疲たまんまヨガ (60分) K.Aoi	
	15:30 ~ 16:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) スグリーン		定休日	15:30 ~ 16:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スグリーン	15:30 ~ 16:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) S.Kana		定休日
	17:30 ~ 18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) K.Mei						
17:00 ~ 18:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スグリーン						17:00 ~ 18:00 地汗ダインヨガ (60分) A.Sakura	
19:00 ~ 20:00 背中美人ヨガ (60分) K.Aoi						19:00 ~ 20:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) A.Sakura	
21:00 ~ 22:00 免疫セラピーヨガ (60分) K.Aoi						21:00 ~ 22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スグリーン	

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16
土	日	月	火	水	木	金	土
8:30 ~ 9:30 スタンダード 60 (60分) K.Mei							
10:30 ~ 11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) I.Ayaka	9:30 ~ 10:30 免疫セラピーヨガ (60分) K.Aoi		9:30 ~ 10:30 リンパデトックスヨガ (60分) K.Aoi	9:30 ~ 10:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スグリーン	9:30 ~ 10:30 子宮温活ヨガ (60分) I.Ayaka	9:30 ~ 10:30 全身とのお 疲たまんまヨガ (60分) K.Aoi	9:30 ~ 10:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Sakura
12:30 ~ 13:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) K.Mei	11:30 ~ 12:40 マザーズデイヨガ I.Ayaka		11:30 ~ 12:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スグリーン	11:30 ~ 12:30 免疫セラピーヨガ (60分) I.Ayaka	11:30 ~ 12:30 エアロビヨガ (60分) I.Ayaka	11:30 ~ 12:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スグリーン	11:30 ~ 12:30 スタンダード 60 (60分) K.Mei
14:30 ~ 15:30 リンパデトックスヨガ (60分) I.Ayaka	13:30 ~ 14:30 セトル美脚ヨガ (60分) K.Mei		13:30 ~ 14:30 背中美人ヨガ (60分) K.Aoi	13:30 ~ 14:30 全身とのお 疲たまんまヨガ (60分) I.Ayaka	13:30 ~ 14:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スグリーン	13:30 ~ 14:30 エアロビヨガ (60分) K.Aoi	13:30 ~ 14:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) K.Mei
16:30 ~ 17:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スグリーン	15:30 ~ 16:30 骨盤矯正ヨガ (60分) K.Aoi	定休日					15:30 ~ 16:30 セトル美脚ヨガ (60分) スグリーン
						17:00 ~ 18:00 セトル美脚ヨガ (60分) K.Mei	17:00 ~ 18:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) スグリーン
						19:00 ~ 20:00 スタンダード 60 (60分) K.Mei	19:00 ~ 20:00 はじめてのホットピラティス (60分) A.Sakura
						21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) S.Kana	21:00 ~ 22:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スグリーン
							21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) A.Sakura

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24
日	月	火	水	木	金	土	日
8:30 ~ 9:30 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) I.Ayaka	定休日					8:30 ~ 9:30 エアロピヨガ (60分) I.Ayaka	
10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) I.Ayaka		9:30 ~ 10:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.MeI	9:30 ~ 10:30 スタンダード60 (60分) S.Haruna	9:30 ~ 10:30 免疫セラピーヨガ (60分) K.Aoi	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) Y.Masako	9:30 ~ 10:30 骨盤矯正ヨガ (60分) K.Aoi	
12:30 ~ 13:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スグリーン		11:30 ~ 12:30 スタンダード60 (60分) K.MeI	11:30 ~ 12:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スグリーン	11:30 ~ 12:30 育中美人ヨガ (60分) K.Aoi	12:30 ~ 13:30 リンパデトックスヨガ (60分) I.Ayaka	11:30 ~ 12:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スグリーン	
14:30 ~ 15:30 スタンダード60 (60分) S.Haruna		13:30 ~ 14:30 ポールでゆるめて ゆがみどりヨガ (60分) スグリーン	13:30 ~ 14:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.MeI	13:30 ~ 14:30 スタンダード60 (60分) S.Haruna	14:30 ~ 15:30 スタンダード60 (60分) Y.Masako	13:30 ~ 14:30 育中美人ヨガ (60分) K.Aoi	
		17:00 ~ 18:00 もも原ヨガティス (60分) S.Kana		17:00 ~ 18:00 ポールでゆるめて ゆがみどりヨガ (60分) スグリーン		16:30 ~ 17:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) スグリーン	
		19:00 ~ 20:00 二の腕引き締めヨガ (60分) スグリーン	19:00 ~ 20:00 子宮温活ヨガ (60分) I.Ayaka	19:00 ~ 20:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) S.Kana		15:30 ~ 16:30 スタンダード60 (60分) S.Haruna	
		21:00 ~ 22:00 肩コリラックスヨガ (60分) S.Kana	21:00 ~ 22:00 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) I.Ayaka	21:00 ~ 22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) S.Kana			

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31
月	火	水	木	金	土	日
						8:30 ~ 9:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) K.MeI
	9:30 ~ 10:30 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) K.Aoi	9:30 ~ 10:30 育中美人ヨガ (60分) I.Ayaka	9:30 ~ 10:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) スグリーン	9:30 ~ 10:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) S.Kana	9:30 ~ 10:30 スタンダード60 (60分) S.Haruna	10:30 ~ 11:30 子宮温活ヨガ (60分) I.Ayaka
	11:30 ~ 12:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スグリーン	11:30 ~ 12:30 免疫セラピーヨガ (60分) I.Ayaka	11:30 ~ 12:30 もも原ヨガティス (60分) S.Kana	11:30 ~ 12:30 ポールでゆるめて ゆがみどりヨガ (60分) スグリーン	11:30 ~ 12:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Sakura	12:30 ~ 13:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.MeI
	13:30 ~ 14:30 骨盤矯正ヨガ (60分) K.Aoi	13:30 ~ 14:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スグリーン	13:30 ~ 14:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) S.Kana	13:30 ~ 14:30 はじめてのホットピラティス (60分) S.Kana	13:30 ~ 14:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スグリーン	14:30 ~ 15:30 スタンダード60 (60分) S.Haruna
定休日	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	15:30 ~ 16:30 スタンダード60 (60分) S.Haruna	
					17:30 ~ 18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sakura	
	17:00 ~ 18:00 肩コリラックスヨガ (60分) S.Kana	17:00 ~ 18:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Sakura	17:00 ~ 18:00 セルトル美脚ヨガ (60分) K.MeI	17:00 ~ 18:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スグリーン		
	19:00 ~ 19:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) S.Kana	19:00 ~ 20:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) スグリーン	19:00 ~ 20:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) K.MeI	19:00 ~ 20:00 エアロピヨガ (60分) K.Aoi		
	21:00 ~ 22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スグリーン	21:00 ~ 22:00 滝汗ダイエット (60分) A.Sakura	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) S.Haruka	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) K.Aoi		