

01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
木	金	土	日	月	火	水	木
年末年始休業	年末年始休業		9:30 ~ 10:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) I.Ayaka	定休日	9:30 ~ 10:15 Movie Heroine Yoga (45分) K.Aoi	9:30 ~ 10:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スカーン	9:30 ~ 10:30 免疫セラピーヨガ (60分) I.Ayaka
		13:30 ~ 14:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) A.Sakura	11:30 ~ 12:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン		11:30 ~ 12:30 免疫セラピーヨガ (60分) K.Aoi	11:30 ~ 12:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) S.Kana	11:30 ~ 12:30 全身ととう 磨たまんまヨガ (60分) I.Ayaka
		15:30 ~ 16:30 スタンダード60 (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) スカーン	13:30 ~ 14:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) S.Kana	13:30 ~ 14:30 セルトル美脚ヨガ (60分) スカーン
		17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) A.Sakura	15:30 ~ 16:15 Movie Heroine Yoga (45分) K.Aoi		営業時間外	営業時間外	営業時間外
					17:00 ~ 18:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) K.Saori	17:00 ~ 18:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スカーン	
					19:00 ~ 20:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スカーン	19:00 ~ 20:00 リンパデトックスヨガ (60分) K.Saori	19:00 ~ 20:00 骨盤矯正ヨガ (60分) K.Aoi
					21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) K.Saori	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) A.Sakura	21:00 ~ 21:45 Movie Heroine Yoga (45分) K.Aoi

01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16	
金	土	日	月	火	水	木	金	
定休日		8:30 ~ 9:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) I.Ayaka	定休日	9:30 ~ 10:30 全身ととう 磨たまんまヨガ (60分) I.Ayaka	9:30 ~ 10:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.Mei	9:30 ~ 10:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スカーン	9:30 ~ 10:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) K.Saori	
	9:30 ~ 10:30 もも原ヨガティス (60分) S.Kana	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) K.Mei		11:30 ~ 12:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スカーン	11:30 ~ 12:30 スタンダード60 (60分) K.Mei	11:30 ~ 12:30 滝行ダイエット (60分) A.Sakura	11:30 ~ 12:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン	
	11:30 ~ 12:30 リンパデトックスヨガ (60分) K.Saori	12:30 ~ 13:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.Mei		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 背中美人ヨガ (60分) I.Ayaka	13:30 ~ 14:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スカーン	13:30 ~ 14:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) A.Sakura	13:30 ~ 14:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) K.Saori
	15:30 ~ 16:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スカーン	14:30 ~ 15:30 子宮温活ヨガ (60分) I.Ayaka		営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外
	17:30 ~ 18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) K.Saori			17:00 ~ 18:00 セルトル美脚ヨガ (60分) スカーン	17:00 ~ 18:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) K.Saori	17:00 ~ 18:00 骨盤矯正ヨガ (60分) K.Aoi	17:00 ~ 18:00 免疫セラピーヨガ (60分) K.Aoi	
				19:00 ~ 20:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) S.Kana	19:00 ~ 20:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) S.Kana	19:00 ~ 19:45 Movie Heroine Yoga (45分) K.Aoi	19:00 ~ 20:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スカーン	
				21:00 ~ 22:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) S.Kana	21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (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) スカーン	21:00 ~ 22:00 背中美人ヨガ (60分) K.Aoi	

01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24
土	日	月	火	水	木	金	土
8:30 ~ 9:30 リンパドレナージュ (60分) K.Saori		定休日					
10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン	9:30 ~ 10:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.MeI		9:30 ~ 10:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スカーン	9:30 ~ 10:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) S.Kana	9:30 ~ 10:30 骨盤矯正ヨガ (60分) K.Aoi		9:30 ~ 10:30 はじめてのパワーヨガ (金員検限定) (60分) A.Sakura
12:30 ~ 13:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) K.Saori	11:30 ~ 12:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) S.Kana		11:30 ~ 12:30 はじめてのホットピラティス (60分) S.Kana	11:30 ~ 12:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スカーン	11:30 ~ 12:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) I.Ayaka		11:30 ~ 12:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン
14:30 ~ 15:30 滝汗ダイエット (60分) A.Sakura	13:30 ~ 14:30 スタンダード60 (60分) K.MeI		13:30 ~ 14:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) S.Kana	13:30 ~ 14:30 もも尻ヨガティス (60分) S.Kana	13:30 ~ 14:30 全身とどのう 妻たままヨガ (60分) K.Aoi		13:30 ~ 14:30 リンパドレナージュ (60分) I.Ayaka
16:30 ~ 17:30 はじめてのパワーヨガ (金員検限定) (60分) A.Sakura	15:30 ~ 16:30 もも尻ヨガティス (60分) S.Kana			営業時間外	営業時間外		15:30 ~ 16:30 滝汗ダイエット (60分) A.Sakura
							17:30 ~ 18:30 子宮温活ヨガ (60分) I.Ayaka
				17:00 ~ 18:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) A.Sakura	17:00 ~ 18:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スカーン	17:00 ~ 18:00 スタンダード60 (60分) K.MeI	
				19:00 ~ 20:00 はじめてのパワーヨガ (金員検限定) (60分) A.Sakura	19:00 ~ 20:00 背中美人ヨガ (60分) I.Ayaka	19:00 ~ 20:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スカーン	
				21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン	21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) I.Ayaka	21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) K.MeI	

01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31	
日	月	火	水	木	金	土	
8:30 ~ 9:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) K.Saori						8:30 ~ 9:30 スタンダード60 (60分) K.MeI	
10:30 ~ 11:30 Movie Heroine Yoga (45分) K.Aoi	定休日	9:30 ~ 10:30 リンパドレナージュ (60分) K.Saori	9:30 ~ 10:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン	9:30 ~ 10:30 はじめてのパワーヨガ (金員検限定) (60分) A.Sakura	9:30 ~ 10:30 免疫セラピーヨガ (60分) K.Aoi	10:30 ~ 11:30 リンパドレナージュ (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.MeI	11:30 ~ 12:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スカーン	11:30 ~ 12:15 Movie Heroine Yoga (45分) K.Aoi	12:30 ~ 13:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) I.Ayaka	
14:30 ~ 15:15 全身とどのう 妻たままヨガ (60分) K.Aoi		13:30 ~ 14:30 セルトル美脚ヨガ (60分) スカーン	13:30 ~ 14:30 スタンダード60 (60分) K.MeI	13:30 ~ 14:30 滝汗ダイエット (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) スカーン	14:30 ~ 15:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.MeI	
			営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	16:30 ~ 17:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン
			17:00 ~ 18:00 もも尻ヨガティス (60分) S.Kana		17:00 ~ 18:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) I.Ayaka	17:00 ~ 18:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スカーン	
			19:00 ~ 20:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) S.Kana	19:00 ~ 20:00 はじめてのホットピラティス (60分) S.Kana	19:00 ~ 20:00 全身とどのう 妻たままヨガ (60分) I.Ayaka	19:00 ~ 20:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) K.Saori	
			21:00 ~ 22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スカーン	21:00 ~ 22:00 滝汗ダイエット (60分) A.Sakura	21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) K.Saori	