

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
水	木	金	土	日	月	火	水
			8:30 ~ 9:30 背中美人ヨガ (60分) I.Ayaka				
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 二の腕引き締めヨガ (60分) スグリーン	9:30 ~ 10:30 リンパデトックスヨガ (60分) K.Saori	10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分) K.Riho	9:30 ~ 10:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) K.MeI			9:30 ~ 10:15 BEAT CORE HIIT (45分) S.Kana
11:30 ~ 12:30 もも尻ヨガティス (60分) S.Kana	11:30 ~ 12:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sakura	11:30 ~ 12:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) K.Saori	12:30 ~ 13:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スグリーン	11:30 ~ 12:15 BEAT CORE HIIT (45分) S.Kana			11:30 ~ 12:30 リンパデトックスヨガ (60分) K.Saori
13:30 ~ 14:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) K.Saori	13:30 ~ 14:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) A.Sakura	13:30 ~ 14:30 セルトル美脚ヨガ (60分) スグリーン	14:30 ~ 15:30 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) I.Ayaka	13:30 ~ 14:30 肩コリラックスヨガ (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
営業時間外	営業時間外	営業時間外	16:30 ~ 17:30 スタンダード 60 (60分) K.Riho	15:30 ~ 16:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.MeI	定休日	定休日	営業時間外
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 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) K.Aoi	17:00 ~ 18:00 滝汗ダ「イソ」ヨガ (60分) A.Sakura					19:00 ~ 20:00 スタンダード 60 (60分) K.MeI
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) スグリーン	19:00 ~ 20:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) A.Sakura					21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) K.MeI
21:00 ~ 22:00 子宮風邪ヨガ (60分) I.Ayaka	21:00 ~ 21:45 ピラティス フットキャンブ (45分) K.Aoi	21:00 ~ 22:00 免疫セラピーヨガ (60分) K.Aoi					

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
木	金	土	日	月	火	水	木
			8:30 ~ 9:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) A.Sakura				
9:30 ~ 10:30 免疫セラピーヨガ (60分) 林	9:30 ~ 10:30 セルトル美脚ヨガ (60分) スグリーン	9:30 ~ 10:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sakura	10:30 ~ 11:30 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) I.Ayaka		9:30 ~ 10:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スグリーン	9:30 ~ 10:30 もも尻ヨガティス (60分) S.Kana	9:30 ~ 10:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.MeI
11:30 ~ 12:30 背中美人ヨガ (60分) 林	11:30 ~ 12:30 骨盤矯正ヨガ (60分) K.Aoi	11:30 ~ 12:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) S.Kana	12:30 ~ 13:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sakura		11:30 ~ 12:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.MeI	11:30 ~ 12:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) K.Saori	11:30 ~ 12:30 スタンダード 60 (60分) K.MeI
13:30 ~ 14:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スグリーン	13:30 ~ 14:15 ピラティス フットキャンブ (45分) K.Aoi	13:30 ~ 14:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) A.Sakura	14:30 ~ 15:30 背中美人ヨガ (60分) I.Ayaka		13:30 ~ 14:30 スタンダード 60 (60分) K.MeI	13:30 ~ 14:30 リンパデトックスヨガ (60分) K.Saori	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
営業時間外	営業時間外	15:30 ~ 16:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スグリーン		定休日	営業時間外	営業時間外	営業時間外
		17:30 ~ 18:30 はじめてのホットピラティス (60分) S.Kana					
17:00 ~ 18:00 二の腕引き締めヨガ (60分) スグリーン	17:00 ~ 18:00 肩コリラックスヨガ (60分) S.Kana				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 背中美人ヨガ (60分) K.Aoi	17:00 ~ 18:00 子宮風邪ヨガ (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	19:00 ~ 19:45 BEAT CORE HIIT (45分) S.Kana				19:00 ~ 20:00 もも尻ヨガティス (60分) S.Kana	19:00 ~ 20:00 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) K.Aoi	19:00 ~ 20:00 二の腕引き締めヨガ (60分) スグリーン
21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) K.Saori	21:00 ~ 22:00 スタンダード 60 (60分) K.MeI				21:00 ~ 22:00 肩コリラックスヨガ (60分) S.Kana	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 免疫セラピーヨガ (60分) I.Ayaka

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
金	土	日	月	火	水	木	金
	8:30 ~ 9:15 ピラティス フットキャンブ (45分) K.Aoi						
9:30 ~ 10:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) K.Saori	10:30 ~ 11:30 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分) A.Sakura	9:30 ~ 10:30 肩コリラクセスヨガ (60分) S.Kana			9:30 ~ 10:30 子音温活ヨガ (60分) I.Ayaka	9:30 ~ 10:15 ピラティス フットキャンブ (45分) K.Aoi	9:30 ~ 10:30 スタンダード60 (60分) K.Mei
11:30 ~ 12:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン	12:30 ~ 13:30 骨盤矯正ヨガ (60分) K.Aoi	11:30 ~ 12:30 スタンダード60 (60分) K.Mei			11:30 ~ 12:30 セルトル美脚ヨガ (60分) スカーン	11:30 ~ 12:30 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) O.Noa	11:30 ~ 12:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) K.Mei
13:30 ~ 14:30 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分) K.Saori	14:30 ~ 15:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(60分) A.Sakura	13:30 ~ 14:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) S.Kana			13:30 ~ 14:30 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) I.Ayaka	13:30 ~ 14:30 免疫セーブヨガ (60分) K.Aoi	13:30 ~ 14:30 セルトル美脚ヨガ (60分) スカーン
	16:30 ~ 17:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スカーン	15:30 ~ 16:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) K.Mei	定休日	定休日			
					営業時間外	営業時間外	営業時間外
17:00 ~ 18:00 スタンダード60 (60分) K.Mei						17:00 ~ 18:00 スタンダード60 (60分) 松尾	17:00 ~ 18:00 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン
19:00 ~ 20:00 子音温活ヨガ (60分) I.Ayaka					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 セルトル美脚ヨガ (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) I.Ayaka
21:00 ~ 22:00 背中美人ヨガ (60分) I.Ayaka					21:00 ~ 22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) S.Kana	21:00 ~ 22:00 リンパパティクセスヨガ (60分) 松尾	21:00 ~ 22:00 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) I.Ayaka

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
土	日	月	火	水	木
	8:30 ~ 9:30 もも尻ヨガティス (60分) 渡邊				
9:30 ~ 10:30 背中美人ヨガ (60分) K.Aoi	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) K.Aoi		9:30 ~ 10:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sakura	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) 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	12:30 ~ 13:30 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) K.Aoi		11:30 ~ 12:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(60分) A.Sakura	11:30 ~ 12:30 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
13:30 ~ 14:30 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) K.Aoi	14:30 ~ 15:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(60分) 渡邊		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 肩コリラクセスヨガ (60分) S.Kana	13:30 ~ 14:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.Mei
15:30 ~ 16:30 滝汗ダイエット (60分) A.Sakura		定休日		15:30 ~ 16:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.Mei	
17:30 ~ 18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sakura			営業時間外	17:30 ~ 18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スカーン	営業時間外
			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 肩コリラクセスヨガ (60分) S.Kana
			19:00 ~ 20:00 背中美人ヨガ (60分) I.Ayaka		19:00 ~ 19:45 ピラティス フットキャンブ (45分) K.Aoi
			21:00 ~ 22:00 子音温活ヨガ (60分) I.Ayaka		21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン