

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日			全店研修	全店研修		8:30 ~ 9:30 免疫セラピーヨガ (60分) I.Ayaka	定休日
	9:30 ~ 10:30 はじめてのホットピラティス (60分) A.Sakura	9:30 ~ 10:30 青盤座筋トレーニングヨガ (60分) A.Sakura			9:30 ~ 10:30 背中美人ヨガ (60分) I.Ayaka	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) S.Haruna	
	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 はじめてのパワーヨガ (金具稼働定) (60分) A.Sakura			11:30 ~ 12:30 肩コリラックスヨガ (60分) S.Kana	12:30 ~ 13:30 痩せる身体をつくるダイエットヨガ (60分) I.Ayaka	
	13:30 ~ 14:30 アロマラックスヨガ DEEP FOREST (60分) A.Sakura	13:30 ~ 14:30 セルトル美脚ヨガ (60分) スグリーン			13:30 ~ 14:30 はじめてのホットピラティス (60分) S.Kana	14:30 ~ 15:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) スグリーン	
	営業時間外	営業時間外			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		
	17:00 ~ 18:00 スタンダード60 (60分) T.Tomomi	16:30 ~ 17:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) スグリーン			17:30 ~ 18:30 全身と頭の衰えを元気にヨガ (60分) I.Ayaka		
	19:00 ~ 19:45 ピラティス フードキャンブ (45分) K.Aoi	18:30 ~ 20:00 アドバンス90 (金具稼働定) (90分) S.Kana					
	21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) スグリーン	21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) I.Ayaka					

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
火	水	木	金	土	日	月	火
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 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 リンパドレックスヨガ (60分) K.Aoi	10:30 ~ 11:30 全身と頭の衰えを元気にヨガ (60分) K.Aoi	9:30 ~ 10:30 もも腹ヨガティス (60分) S.Kana		9:30 ~ 10:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) A.Sakura
	11:30 ~ 12:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (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) スグリーン	11:30 ~ 12:30 背中美人ヨガ (60分) K.Aoi	12:30 ~ 13:15 ピラティス フードキャンブ (45分) K.Aoi	11:30 ~ 12:30 アロマラックスヨガ FRUITY DIET (60分) S.Kana		11:30 ~ 12:30 はじめてのホットピラティス (60分) A.Sakura
	13:30 ~ 14:30 スリムアッププレス (60分) K.Mei	13:30 ~ 14:30 アロマラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) S.Kana	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	14:30 ~ 15:30 子宮温活ヨガ (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 二の腕引き締めヨガ (60分) スグリーン
	営業時間外	営業時間外	営業時間外	16:30 ~ 17:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分) スグリーン	15:30 ~ 16:30 セルトル美脚ヨガ (60分) K.Mei		17:00 ~ 18:00 青盤座筋トレーニングヨガ (60分) A.Sakura
	19:00 ~ 20:00 スタンダード60 (60分) S.Haruna	17:00 ~ 18:00 二の腕引き締めヨガ (60分) スグリーン	17:00 ~ 18:00 免疫セラピーヨガ (60分) K.Aoi	19:00 ~ 20:00 セルトル美脚ヨガ (60分) スグリーン	19:00 ~ 20:00 スタンダード60 (60分) S.Haruna		19:00 ~ 20:00 スタンダード60 (60分) S.Haruna
	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	19:00 ~ 20:00 子宮温活ヨガ (60分) I.Ayaka	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) S.Haruna		21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) スグリーン		21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) スグリーン

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
水	木	金	土	日	月	火	水
				8:30 ~ 10:00 アド/ンス90 (会員様限定) (90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	9:30 ~ 10:30 スタンダード60 (60分) K.MeI	9:30 ~ 10:30 はじめてのホットピラティス (60分) A.Sakura	9:30 ~ 10:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) I.Ayaka	10:45 ~ 11:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) K.MeI	9:30 ~ 10:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Sakura		9:30 ~ 10:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) スカーン
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 スリムアッププレス (60分) K.MeI	11:30 ~ 12:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) A.Sakura	11:30 ~ 12:30 免疫セラピーヨガ (60分) K.Aoi	12:30 ~ 13:30 スリムアッププレス (60分) K.MeI	11:30 ~ 12:30 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) A.Sakura		11:30 ~ 12:30 スタンダード60 (60分) S.Haruna
13:30 ~ 14:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) A.Sakura	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 スタンダード60 (60分) S.Haruna	13:30 ~ 14:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スカーン	14:30 ~ 15:30 全身とどのう 寝たままヨガ (60分) K.Aoi	13:30 ~ 14:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン		13:30 ~ 14:30 背中美人ヨガ (60分) K.Aoi
営業時間外	営業時間外	営業時間外	15:30 ~ 16:30 背中美人ヨガ (60分) K.Aoi 17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) I.Ayaka		営業時間外	定休日	営業時間外
17:00 ~ 18:00 スタンダード60 (60分) S.Haruna	17:00 ~ 18:00 全身とどのう 寝たままヨガ (60分) I.Ayaka	17:00 ~ 18:00 二の腕引き締めヨガ (60分) スカーン			17:00 ~ 18:00 スタンダード60 (60分) S.Haruna		
19:00 ~ 19:45 ピラティス ブートキャンプ (45分) K.Aoi	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 肩こりリラックスヨガ (60分) S.Kana			19:00 ~ 20:00 もも尻ヨガティス (60分) S.Kana		19:00 ~ 20:00 免疫セラピーヨガ (60分) K.Aoi
21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) K.Aoi	21:00 ~ 22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) I.Ayaka	21:00 ~ 22:00 もも尻ヨガティス (60分) S.Kana			21:00 ~ 22:00 肩こりリラックスヨガ (60分) S.Kana		21:00 ~ 22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) I.Ayaka

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
木	金	土	日	月	火
		8:30 ~ 9:30 スタンダード60 (60分) K.MeI			
9:30 ~ 10:30 もも尻ヨガティス (60分) S.Kana	9:30 ~ 10:30 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) A.Sakura	10:30 ~ 11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) K.Aoi	9:30 ~ 10:30 肩こりリラックスヨガ (60分) S.Kana		9:30 ~ 10:30 スリムアッププレス (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 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Sakura	12:30 ~ 13:30 リンパデトックスヨガ (60分) K.Aoi	11:30 ~ 12:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) I.Ayaka		11:30 ~ 12:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) スカーン
13:30 ~ 14:30 肩こりリラックスヨガ (60分) S.Kana	13:30 ~ 14:30 セルトール楽活ヨガ (60分) スカーン	14:30 ~ 15:30 スリムアッププレス (60分) K.MeI	13:30 ~ 14:30 免疫セラピーヨガ (60分) I.Ayaka		13:30 ~ 14:30 スタンダード60 (60分) K.MeI
営業時間外	営業時間外	16:30 ~ 17:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) スカーン	15:30 ~ 16:30 もも尻ヨガティス (60分) S.Kana	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) K.MeI	17:00 ~ 18:00 スリムアッププレス (60分) K.MeI				17:00 ~ 18:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) S.Kana
19:00 ~ 20:00 スタンダード60 (60分) K.MeI	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 背中美人ヨガ (60分) K.Aoi
21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) スカーン	21:00 ~ 22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) K.MeI				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