

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 スタンダード60 (60分) Y.Nanako				
9:30 ~ 10:30 子宮温活ヨガ (60分) I.Yuki	9:30 ~ 10:30 セルトル美脚ヨガ (60分) スクリーン	9:30 ~ 10:30 スタンダード60 (60分) K.Riho	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 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) Y.Nanako		9:30 ~ 10:30 全身ととう 敷たまんまヨガ (60分) O.Noa	9:30 ~ 10:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) スクリーン	
11:30 ~ 12:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 中原	11:30 ~ 12:30 スタンダード60 (60分) K.Riho	11:30 ~ 12:30 はじめてのホットピラティス (60分) 金瀬	11:30 ~ 12:30 全身ととう敷たまんまヨガ (60分) O.Noa	12:30 ~ 13:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) O.Noa		11:30 ~ 12:30 みるみる変わる美姿勢ピラティス (60分) スクリーン	11:30 ~ 12:30 美姿勢アンチエイジングヨガ (60分) O.Noa	
13:30 ~ 14:30 はじめてのホットピラティス (60分) 中原	13:30 ~ 14:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 金瀬	13:30 ~ 14:30 リンパデトックスヨガ (60分) 金瀬	13:30 ~ 14:30 みるみる変わる美姿勢ピラティス (60分) スクリーン	14:30 ~ 15:30 リンパデトックスヨガ (60分) Y.Nanako	定休日	13:30 ~ 14:30 オトナのためのオールインワンヨガ (60分) O.Noa	13:30 ~ 14:30 二の腕引き締めヨガ (60分) O.Noa	
営業時間外	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) O.Noa			営業時間外	営業時間外	
			17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) K.Saori					
17:00 ~ 18:00 二の腕引き締めヨガ (60分) スクリーン	17:00 ~ 18:00 美姿勢アンチエイジングヨガ (60分) O.Noa	17:00 ~ 18:00 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) Y.Nanako	営業時間外				17:00 ~ 18:00 スタンダード60 (60分) K.Riho	17:00 ~ 18:00 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) スクリーン
19:00 ~ 20:00 スタンダード60 (60分) Y.Nanako	19:00 ~ 20:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 金瀬	19:00 ~ 20:00 みるみる変わる美姿勢ピラティス (60分) スクリーン					19:00 ~ 20:00 肩活ヨガ ver.2 (60分) I.Yuki	19:00 ~ 20:00 はじめてのホットピラティス (60分) I.Yuki
21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) Y.Nanako	21:00 ~ 22:00 オトナのためのオールインワンヨガ (60分) O.Noa	21:00 ~ 22:00 背中美人ヨガ (60分) Y.Nanako					21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) スクリーン	21:00 ~ 22:00 肩コリリラックスヨガ (60分) I.Yuki

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 スタンダード60 (60分) K.Riho	定休日	定休日					
9:30 ~ 10:30 スタンダード60 (60分) K.Riho	9:30 ~ 10:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) スクリーン	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) Y.Nanako					9:30 ~ 10:30 スタンダード60 (60分) K.Riho	9:30 ~ 10:30 エアロピダ (60分) K.Momo	9:30 ~ 10:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スクリーン
11:30 ~ 12:30 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) スクリーン	11:30 ~ 12:30 パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分) K.Momo	12:30 ~ 13:30 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) スクリーン					11:30 ~ 12:30 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) スクリーン	11:30 ~ 12:30 花動能スッキリヨガ (60分) K.Momo	11:30 ~ 12:30 スタンダード60 (60分) K.Riho
13:30 ~ 14:30 子宮温活ヨガ (60分) I.Yuki	13:30 ~ 14:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) K.Momo	14:30 ~ 15:30 背中美人ヨガ (60分) Y.Nanako					13:30 ~ 14:30 二の腕引き締めヨガ (60分) O.Noa	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	13:30 ~ 14:30 セルトル美脚ヨガ (60分) Y.Nanako
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					営業時間外	営業時間外	営業時間外
	17:00 ~ 18:00 二の腕引き締めヨガ (60分) O.Noa	営業時間外					17:00 ~ 17:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) O.Noa	17:00 ~ 18:00 みるみる変わる美姿勢ピラティス (60分) スクリーン	17:00 ~ 18:00 リンパデトックスヨガ (60分) Y.Nanako
19:00 ~ 20:00 背中美人ヨガ (60分) Y.Nanako	19:00 ~ 20:00 美姿勢アンチエイジングヨガ (60分) O.Noa						19:00 ~ 20:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) スクリーン	19:00 ~ 20:00 全身ととう敷たまんまヨガ (60分) O.Noa	19:00 ~ 20:00 スタンダード60 (60分) K.Riho
21:00 ~ 22:00 肩活ヨガ ver.2 (60分) I.Yuki	21:00 ~ 22:00 みるみる変わる美姿勢ピラティス (60分) スクリーン						21:00 ~ 22:00 全身ととう敷たまんまヨガ (60分) O.Noa	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) O.Noa	21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) スクリーン

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 ~ 9:30 セルトル養護ヨガ (60分) Y.Nanako					
9:30 ~ 10:30 オトナのための オールインヨガ (60分) O.Noa	9:30 ~ 10:30 エアロピヨガ (60分) K.Momo	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) Y.Nanako		9:30 ~ 10:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) Y.Nanako	9:30 ~ 10:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スクリーン	9:30 ~ 10:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) A.Sakura	9:30 ~ 10:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) スクリーン
11:30 ~ 12:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スクリーン	11:30 ~ 12:30 リンパデトックスヨガ (60分) Y.Nanako	12:30 ~ 13:30 はじめてのホットピラティス (60分) I.Yuki		11:30 ~ 12:30 背中美人ヨガ (60分) Y.Nanako	11:30 ~ 12:30 全身とどのう 巻たままヨガ (60分) K.Momo	11:30 ~ 12:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Sakura	11:30 ~ 12:30 リンパデトックスヨガ (60分) Y.Nanako
13:30 ~ 14:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分) O.Noa	13:30 ~ 14:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スクリーン	14:30 ~ 15:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) I.Yuki		13:30 ~ 14:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) スクリーン	13:30 ~ 14:30 滝汗'イイヨガ' (60分) K.Momo	13:30 ~ 14:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) スクリーン	13:30 ~ 14:30 スタンダード 60 (60分) Y.Nanako
営業時間外	15:30 ~ 16:30 背中美人ヨガ (60分) Y.Nanako	営業時間外	定休日	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外
	17:30 ~ 18:30 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) K.Momo						
	17:00 ~ 18:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Sakura						
	19:00 ~ 20:00 肩こりリラックスヨガ (60分) I.Yuki						
21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) A.Sakura				17:00 ~ 18:00 滝汗'イイヨガ' (60分) K.Momo	17:00 ~ 18:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) スクリーン	17:00 ~ 18:00 子音温活ヨガ (60分) I.Yuki	
				19:00 ~ 20:00 二の腕引き締めヨガ (60分) スクリーン	19:00 ~ 20:00 背中美人ヨガ (60分) Y.Nanako	19:00 ~ 20:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) スクリーン	19:00 ~ 19:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) O.Noa
				21:00 ~ 22:00 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) K.Momo	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) Y.Nanako	21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) I.Yuki	21:00 ~ 22:00 スタンダード 60 (60分) K.Riho

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30	
土	日	月	火	水	木	
8:30 ~ 9:30 肩こりリラックスヨガ (60分) I.Yuki						
10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Sakura			9:30 ~ 10:30 エアロピヨガ (60分) K.Momo	9:30 ~ 10:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) I.Yuki	9:30 ~ 10:30 はじめてのホットピラティス (60分) I.Yuki	
12:30 ~ 13:30 はじめてのホットピラティス (60分) I.Yuki			11:30 ~ 12:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) K.Momo	11:30 ~ 12:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) スクリーン	11:30 ~ 12:30 子音温活ヨガ (60分) I.Yuki	
14:30 ~ 15:30 スタンダード 60 (60分) K.Riho			13:30 ~ 14:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スクリーン	13:30 ~ 14:30 オトナのための オールインヨガ (60分) O.Noa	13:30 ~ 14:30 二の腕引き締めヨガ (60分) スクリーン	
16:30 ~ 17:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) スクリーン	定休日	定休日	営業時間外	15:30 ~ 16:30 肩こりリラックスヨガ (60分) I.Yuki	営業時間外	
				17:30 ~ 18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) O.Noa		
				17:00 ~ 18:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) スクリーン		17:00 ~ 18:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) K.Momo
				19:00 ~ 20:00 オトナのための オールインヨガ (60分) O.Noa		19:00 ~ 20:00 滝汗'イイヨガ' (60分) K.Momo
			21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) O.Noa		21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) スクリーン	