

ゆめタウン八代店【4月1日～4月8日スケジュール】

04/01 火	04/02 水	04/03 木	04/04 金	04/05 土	04/06 日	04/07 月	04/08 火
10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 橋本	10:30～11:30 もも肩ヨガティス (60分) 西畠		10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (全員様限定)(60分) 橋本	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 西畠	10:30～11:30 青中美人ヨガ (60分) 西畠		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (60分) 西畠
12:15～13:15 エアロビヨガ (60分) 井上	12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 井上		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分) 西畠	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 井上	12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 井上		12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 小園
14:00～15:00 小顎リフトピラティス (60分) 橋本	14:00～15:00 青中美人ヨガ (60分) 西畠		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 橋本	14:00～15:00 ホットピラティス (60分) 西畠	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 小園		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 西畠
				15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (60分) 井上	15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 橋本		
16:45～17:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 小園		16:45～17:45 脚活ヨガ ver.2 (60分) 井上	16:45～17:45 お腹引き締めヨガ (60分) 井上				16:45～17:45 スタンダード60 (60分) 井上
18:30～19:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 井上	18:30～19:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 小園	18:30～19:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 橋本	18:30～19:30 スタンダード60 (60分) 小園				18:30～19:30 脚活ヨガ ver.2 (60分) 小園
20:15～21:15 スタンダード60 (60分) 小園	20:15～21:15 子宮温活ヨガ (60分) 橋本	20:15～21:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 井上	20:15～21:15 リンパデトックスヨガ (60分) 井上				20:15～21:15 エアロビヨガ (60分) 井上

ゆめタウン八代店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09 水	04/10 木	04/11 金	04/12 土	04/13 日	04/14 月	04/15 火	04/16 水
10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 小園		10:30～11:30 ホットピラティス (60分) 西畠	10:30～11:30 もも肩ヨガティス (60分) 橋本	10:30～11:30 脚活ヨガ ver.2 (60分) 小園		10:30～11:30 ホットピラティス (60分) 西畠	10:30～11:30 スタンダード60 (60分) 小園
12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分) 西畠		12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 橋本	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 橋本	12:00～13:30 アドバンス60 (全員様限定)(60分) 橋本		12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 小園	12:15～13:15 青中美人ヨガ (60分) 西畠
		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分) 西畠	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 井上	14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 小園		14:00～15:00 パワーヨガ Advance (全員様限定)(60分) 西畠	14:00～15:00 脚活ヨガ ver.2 (60分) 小園
			15:45～16:45 脚活ヨガ ver.2 (60分) 井上	15:45～16:45 セルトル奥脚ヨガ (60分) 橋本			
			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 橋本				
16:45～17:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 井上	16:45～17:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 小園	16:45～17:45 リンパデトックスヨガ (60分) 井上			16:45～17:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 橋本		
18:30～19:30 はじめてのパワーヨガ (全員様限定)(60分) 橋本	18:30～19:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 井上	18:30～19:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 橋本			18:30～19:30 お腹引き締めヨガ (60分) 井上	18:30～19:30 リンパデトックスヨガ (60分) 井上	
20:15～21:15 肩コリラックスヨガ (60分) 橋本	20:15～21:15 スタンダード60 (60分) 小園	20:15～21:15 お腹引き締めヨガ (60分) 井上			20:15～21:15 子宮温活ヨガ (60分) 橋本	20:15～21:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 橋本	

ゆめタウン八代店【4月17日～4月24日スケジュール】

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 西畠	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 西畠	10:30～11:30 スリムアップブレス (60分) 井上		10:30～11:30 もも肩ヨガティス (60分) 西畠	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (60分) 橋本	
	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 橋本	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 井上	12:15～13:15 オナための オールインワンヨガ (60分) 橋本		12:15～13:15 スリムアップブレス (60分) 井上	12:15～13:15 パワーヨガ Advance (会員様限定)(60分) 西畠	
	14:00～15:00 ホットピラティス (60分) 西畠	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 橋本	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 井上		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 西畠		
		15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 井上	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 橋本				
		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 橋本					
16:45～17:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 井上	16:45～17:45 痙攣する身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 小畠				16:30～18:00 アドバンス90 (会員様限定)(90分) 橋本	16:45～17:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 井上	16:45～17:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 橋本
18:30～19:30 スタンダード60 (60分) 小畠	18:30～19:30 小顎リフトピラティス (60分) 橋本				18:30～19:30 リンパデトックスヨガ (60分) 井上	18:30～19:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 橋本	18:30～19:30 スタンダード60 (60分) 井上
20:15～21:15 エアロビヨガ (60分) 井上	20:15～21:15 スタンダード60 (60分) 小畠				20:15～21:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 橋本	20:15～21:15 エアロビヨガ (60分) 井上	20:15～21:15 花粉症スッキリヨガ (60分) 橋本

ゆめタウン八代店【4月25日～4月31日スケジュール】

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
金	土	日	月	火	水
10:30～11:30 エアロビヨガ (60分) 井上	10:30～11:30 ホットピラティス (60分) 西畠	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 橋本		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 西畠	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (60分) 西畠
12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 小畠	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 井上	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 井上		12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 井上	12:15～13:15 もも肩ヨガティス (60分) 西畠
14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 井上	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 小畠	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 橋本		14:00～15:00 オナための オールインワンヨガ (60分) 橋本	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 井上
15:45～16:45 スタンダード60 (60分) 井上	15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (60分) 井上			15:45～16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 橋本	
17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 小畠				17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 小浦方	
16:45～17:45 腸活ヨガ ver.2 (60分) 小畠					16:45～17:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 橋本
18:30～19:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 橋本					18:30～19:30 リンパデトックスヨガ (60分) 井上
20:15～21:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 橋本					20:15～21:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 橋本