

トキハわさだタウン店【7月16日～7月23日スケジュール】

	7月16日(火)	7月17日(水)	7月18日(木)	7月19日(金)	7月20日(土)	7月21日(日)	7月22日(月)	7月23日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 見玉	10:30～11:30 スタンダード60 安田		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 松田	10:30～11:30 スタンダード60 安田	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 松田		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 松田
12:00	12:15～13:15 背中美人ヨガ 川元	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 見玉		12:15～13:15 スタンダード60 安田	12:15～13:00 ピラティスフットキャンプ 松田			12:15～13:15 スリムアッププレス 川元
13:00						12:30～13:30 リンパデトックスヨガ 見玉		
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 見玉			14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 見玉		定 休 日	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田
15:00						14:15～15:15 美ボディフロー ピラティス 川元		
16:00					15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 松田	16:00～17:00 エアロビヨガ 川元		
17:00		17:00～18:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 松田						
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 安田		17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 川元	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 見玉	17:30～18:30 スタンダード60 見玉			17:30～18:16 BEAT CORE HIIT 見玉
19:00		18:45～19:45 腫トレ ビューティーヨガ 川元						
20:00	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 松田		19:15～20:00 ピラティスフットキャンプ 松田	19:15～20:15 スタンダード60 安田				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 松田
21:00	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 松田	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 松田	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 川元	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 見玉				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 見玉
22:00								

トキハわさだタウン店【7月24日～7月31日スケジュール】

	7月24日(水)	7月25日(木)	7月26日(金)	7月27日(土)	7月28日(日)	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 松田		10:30～11:30 スタンダード60 安田	10:30～11:16 BEAT CORE HIIT 見玉	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 見玉		10:30～11:16 ピラティスフットキャンプ 松田	10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 松田
12:00	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 川元		12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 見玉	12:15～13:16 腸活ヨガ ver.2 高橋	12:15～13:16 スタンダード60 安田		12:15～13:16 骨盤矯正ヨガ 松田	12:15～13:16 スタンダード60 安田
13:00								
14:00	14:00～14:45 ピラティスフットキャンプ 松田		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 安田	14:00～15:00 スタンダード60 安田	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 見玉		14:00～15:00 スタンダード60 安田	14:00～15:00 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)松田
15:00						定 休 日		
16:00				15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ 見玉	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 安田			
17:00								
18:00		17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 松田	17:30～18:30 スタンダード60 安田	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 高橋			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 川元	
19:00	19:15～20:16 スタンダード60 見玉	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 松田	19:15～20:16 背中美人ヨガ 川元				19:15～20:16 リンパデトックスヨガ 安田	19:15～20:16 オトナのための オールインワンヨガ 見玉
20:00								
21:00	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 川元	21:00～22:00 スタンダード60 安田	21:00～22:00 腫トレ ビューティーヨガ 川元				21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 川元	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 見玉
22:00								