

長野店【5月1日～5月8日スケジュール】

05/01 木	05/02 金	05/03 土	05/04 日	05/05 月	05/06 火	05/07 水	05/08 木
10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (60分)	10:30～11:30 DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MIX～ (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)		
鈴木	近藤	桂川		近藤	近藤		
12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	12:15～13:15 ホットピラティス (60分)		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (全員様限定)(60分)	12:15～13:15 ボールでゆるめて ゆがみヨガ (60分)		
桂川	声田	声田		声田	声田		
14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分)	14:00～14:45 Best Drum Diet 3.0 (45分)		14:00～15:00 スタンダード60 (60分)			
鈴木	桂川	桂川		桂川			
		15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ (全員様限定)(60分)	15:45～16:45 子宮温活ヨガ (60分)		15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分)		
		声田	声田		鈴木		
		17:30～18:30 癒せる身体をつくる ダイエッショガ (60分)			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)		
		桂川			桂川		
17:30～18:30 ボールでゆるめて ゆがみヨガ (60分)	17:30～18:30 青中成人ヨガ (60分)			17:30～18:30 小顎リフトピラティス (60分)	17:30～18:30 スタンダード60 (60分)		
声田	桂川			鈴木	鈴木		
19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (60分)			19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	19:15～20:15 癒せる身体をつくる ダイエッショガ (60分)		
鈴木	近藤			鈴木	鈴木		
21:00～22:00 もも尻ヨガティス (60分)	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分)			21:00～22:00 エアロビヨガ (60分)	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (60分)		
声田	近藤			近藤	桂川		

長野店【5月9日～5月16日スケジュール】

05/09 金	05/10 土	05/11 日	05/12 月	05/13 火	05/14 水	05/15 木	05/16 金
10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (60分)	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)			10:30～11:30 子宮温活ヨガ (60分)
鈴木	近藤	桂川		声田			声田
12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)			12:15～13:15 癒せる身体をつくる ダイエッショガ (60分)
声田	桂川	近藤		鈴木			桂川
14:00～15:00 子宮温活ヨガ (60分)	14:00～15:10 Mother's Day Yoga (70分)	14:00～15:00 青中成人ヨガ (60分)		14:00～15:00 小顎リフトピラティス (60分)			14:00～15:00 もも尻ヨガティス (60分)
声田	鈴木	桂川		鈴木			声田
		15:45～16:45 花粉症スッキリヨガ (60分)	15:45～16:45 DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MIX～ (60分)				
		近藤	近藤				
		17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)					
		鈴木					
17:30～18:30 青中成人ヨガ (60分)				17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)		
桂川				近藤	鈴木		
19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)				19:15～20:15 パワーヨガAdvance (全員様限定)(60分)	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	
桂川				声田	桂川	未確定	
21:00～22:00 スタンダード60 (60分)				21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	21:00～22:00 エアロビヨガ (60分)	21:00～22:00 小顎リフトピラティス (60分)	
鈴木				近藤	近藤	鈴木	

長野店【5月17日～5月24日スケジュール】

05/17 土	05/18 日	05/19 月	05/20 火	05/21 水	05/22 木	05/23 金	05/24 土
10:30～11:30 青中大人ヨガ (60分) 桂川	10:30～11:30 スタンダード60 (60分) 未確定		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 声田	10:30～11:30 もも肩ヨガティス (60分) 声田		10:30～11:30 スタンダード60 (60分) 未確定	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 声田
12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 鈴木	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分) 近藤		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分) 声田	12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 未確定		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 鈴木	12:15～13:15 寝せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 桂川
14:00～15:00 リンパデックスヨガ (60分) 桂川	14:00～15:00 青中大人ヨガ (60分) 桂川		14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 未確定			14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分) 桂川	14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 未確定
15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 鈴木	15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 近藤						15:45～16:45 リンパデックスヨガ (60分) 桂川
17:30～18:30 スタンダード60 (60分) 未確定							17:30～18:30 ホットピラティス (60分) 声田
			17:30～18:30 スタンダード60 (60分) 桂川	17:30～18:30 セルトル奥脚ヨガ (60分) 鈴木	17:30～18:30 スタンダード60 (60分) 鈴木	17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 桂川	
			19:15～20:15 寝れる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 桂川	19:15～20:15 リンパデックスヨガ (60分) 桂川	19:15～20:15 青中大人ヨガ (60分) 桂川	19:15～20:15 寝れる身体をつくる ヨガ (60分) 鈴木	
			21:00～22:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 声田	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 鈴木	21:00～22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 鈴木	21:00～22:00 スタンダード60 (60分) 鈴木	

長野店【5月25日～5月31日スケジュール】

05/25 日	05/26 月	05/27 火	05/28 水	05/29 木	05/30 金	05/31 土
10:30～11:30 青中大人ヨガ (60分) 桂川		10:30～11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 鈴木	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 声田		10:30～11:30 青中大人ヨガ (60分) 桂川	10:30～11:30 小顎リフトピラティス (60分) 鈴木
12:15～13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 鈴木		12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 桂川	12:15～13:15 小顎リフトピラティス (60分) 鈴木		12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 未確定	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分) 声田
14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 鈴木		14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 鈴木	14:00～15:00 寝れる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 鈴木		14:00～15:00 リンパデックスヨガ (60分) 桂川	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 鈴木
15:45～16:45 スタンダード60 (60分) 桂川						15:45～16:45 スタンダード60 (60分) 未確定
						17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 桂川
			17:30～18:30 スタンダード60 (60分) 未確定	17:30～18:30 はじめのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 声田	17:30～18:30 ホットピラティス (60分) 声田	
			19:15～20:15 肩コリラックスヨガ (60分) 桂川	19:15～20:15 スタンダード60 (60分) 未確定	19:15～20:15 セルトル奥脚ヨガ (60分) 鈴木	19:15～20:15 子宮温活ヨガ (60分) 声田
			21:00～22:00 青中大人ヨガ (60分) 桂川	21:00～22:00 もも肩ヨガティス (60分) 声田	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 声田	21:00～22:00 スタンダード60 (60分) 未確定