

川中島店【5月1日～5月8日スケジュール】

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
木	金	土	日	月	火	水	木
10:30～11:30	10:30～11:30 スタンダード60 (60分) 田中	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 奥平	10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 宮崎	定 休 日	10:30～11:30 スタンダード60 (60分) バスリ	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 宮崎	
	12:15～13:15 腫トレビューティー ヨガ (60分) 奥平	12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 田中	12:15～13:15 背中美人ヨガ (60分) 宮崎		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 奥平	12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分) 奥平	
	14:00～15:00 ダイエットヨガ (60分) 奥平	14:00～15:00 ホットピラティス (60分) 奥平	14:00～15:00 スタンダード60 (60分) バスリ		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 石川		
		15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 宮崎	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 石川		15:45～16:45 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分) 奥平		
		17:30～18:30 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分) 宮崎			お腹引き締めヨガ (60分) 石川		
17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 石川	17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 石川					17:00～18:30 EX/パワーヨガ (会員様限定) (90分) 奥平	17:30～18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 宮崎
19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 宮崎	19:15～20:15 スタンダード60 (60分) バスリ					19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 田中	19:15～20:15 スタンダード60 (60分) 田中
21:00～22:00 背中美人ヨガ (60分) 宮崎	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 石川					21:00～22:00 スタンダード60 (60分) バスリ	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 宮崎

川中島店【5月9日～5月16日スケジュール】

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 背中美人ヨガ (60分) 宮崎	10:30～11:30 スタンダード60 (60分) バスリ	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 田中	定 休 日	臨 時 休 業	10:30～11:30 スタンダード60 (60分) バスリ		10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 石川
12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分) 宮崎	12:10～13:10 Mother's Day Yoga (70分) 田中	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 石川			12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 田中		12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 田中
14:00～15:00 スタンダード60 (60分) バスリ	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 石川	14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 田中			14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 石川		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 田中
	15:45～16:45 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分) 宮崎	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 石川					
	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 宮崎						
17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 奥平						17:30～18:30 背中美人ヨガ (60分) 奥平	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 宮崎
19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分) 石川					19:15～20:15 ダイエットヨガ (60分) 奥平	19:15～20:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 宮崎	19:15～20:15 スタンダード60 (60分) 石川
21:00～22:00 腫トレビューティー ヨガ (60分) 奥平					21:00～22:00 ホットピラティス (60分) 奥平	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 奥平	21:00～22:00 背中美人ヨガ (60分) 宮崎

川中島店【5月17日～5月24日スケジュール】

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30	10:30～11:30	定休日	10:30～11:30	10:30～11:30		10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	10:30～11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分)
腸活ヨガ ver.2 (60分)	もも尻ヨガティス (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		近藤	石川
近藤	芦田		田中	宮崎			
12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15
エアロビヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		もも尻ヨガティス (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)
近藤	田中		田中	石川		芦田	近藤
14:00～15:00 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分)	スタンダード60 (60分)		14:00～15:00 背中美人ヨガ (60分)			14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分)	14:00～15:00 DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MIX～ (60分)
宮崎	田中		宮崎			近藤	近藤
15:45～16:45	15:45～16:45						15:45～16:45
背中美人ヨガ (60分)	ホットピラティス (60分)						リンパデトックスヨガ (60分)
宮崎	芦田						田中
17:30～18:30							17:30～18:30
リンパデトックスヨガ (60分)							スタンダード60 (60分)
石川							田中
			17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	
			Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	
			宮崎	近藤	近藤	田中	
			19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	
			眠れる体に整えるヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	エアロビヨガ (60分)	ダイエットヨガ (60分)	
			石川	田中	近藤	田中	
			21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	
			ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	ダイエットヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	肩コリラクセスヨガ (60分)	
			宮崎	田中	田中	芦田	

川中島店【5月25日～5月31日スケジュール】

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30	定休日	10:30～11:30	10:30～11:30		10:30～11:30	10:30～11:30
エアロビヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		ダイエットヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)
近藤		田中	宮崎		田中	田中
12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分)		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15～13:15 ダイエットヨガ (60分)		12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分)	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分)
宮崎		田中	田中		近藤	石川
14:00～15:00		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)		14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)
骨盤矯正ヨガ (60分)		近藤	宮崎		田中	田中
近藤						
15:45～16:45						15:45～16:45
背中美人ヨガ (60分)						エアロビヨガ (60分)
宮崎						近藤
						オトナのための オールインワンヨガ (60分)
						宮崎
		17:30～18:30		17:30～18:30	17:30～18:30	
		リンパデトックスヨガ (60分)		Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)	
		石川		宮崎	石川	
		19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	
		DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MIX～ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	
		近藤	石川	宮崎	石川	
		21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	
		眠れる体に整えるヨガ (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)	
		石川	近藤	石川	近藤	