

川中島店【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 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 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 宮崎	10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 宮崎	10:30～11:30 スタンダード60 (60分) バスリ	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 宮崎		
12:15～13:15 腰トレビューティー ^{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 アロマリラックスヨガ 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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 奥平			
	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 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 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		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 アロマリラックスヨガ 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 アロマリラックスヨガ 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 腰トレビューティー ^{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) 奥平		

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

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