

八戸店【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 骨盤矯正ヨガ (60分)	10:30～11:30 ホットピラティス (60分)	10:30～11:30 エアロヨガ (60分)	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	10:30～11:30 スリムアッププレス (60分)	
	伊藤	小泉	小泉		西村	小泉	
	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分)	12:15～13:15 スタンダード80 (60分)	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (60分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	
	伊藤	伊藤	小泉		伊藤	小泉	
	14:00～15:00 スタンダード80 (60分)	14:00～15:00 ダイエットヨガ (60分)	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (金具限定) (60分)		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分)		
	西村	伊藤	小泉		伊藤		
		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分)	15:45～16:45 スタンダード80 (60分)		15:45～16:45 子宮温活ヨガ (60分)		
		小泉	西村		小泉		
		17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)			17:30～18:15 Beet Drum Diet 3.0 (45分)		
		伊藤			小泉		
17:30～18:30 スタンダード80 (60分)	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)					17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分)
西村	小泉					伊藤	小野
19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード80 (60分)					19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (60分)	19:15～20:00 BEAT CORE HIT (45分)
伊藤	西村					伊藤	小野
21:00～22:00 ダイエットヨガ (60分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)					21:00～22:00 スタンダード80 (60分)	21:00～22:00 ダイエットヨガ (60分)
伊藤	小泉					西村	伊藤

八戸店【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 腸活ヨガ ver.2 (60分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (60分)	定休日	研修	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)		10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (60分)
小野	小泉	伊藤			小泉		小泉
12:15～13:15 スタンダード80 (60分)	12:15～13:25 Mother's Day Yoga (70分)	12:15～13:15 スタンダード80 (60分)			12:15～13:15 スリムアッププレス (60分)		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)
西村	西村	西村			小泉		小泉
14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	14:00～15:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分)	14:00～15:00 ダイエットヨガ (60分)					14:00～15:00 スタンダード80 (60分)
小野	小泉	伊藤					西村
	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ (60分)					
	小泉	伊藤					
	17:30～18:30 子宮温活ヨガ (60分)						
	小泉						
17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分)					17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス (60分)	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)
伊藤					小泉	伊藤	伊藤
19:15～20:15 スタンダード80 (60分)					19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (60分)	19:15～20:15 ダイエットヨガ (60分)	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)
西村					伊藤	伊藤	伊藤
21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (60分)					21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (60分)	21:00～22:00 スタンダード80 (60分)	21:00～22:00 エアロビヨガ (60分)
伊藤					伊藤	西村	小泉

## 八戸店【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 スタンダード80 (80分) 西村	10:30～11:30 美空舞アンチエイジング ヨガ(80分) 小泉	定休日	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 伊藤	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 関川		10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 西村
12:15～13:00	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15
Beat Drum Diet 3.0 (45分) 小泉	はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 小泉		ダイエットヨガ (80分) 伊藤	エアロビヨガ (80分) 小泉		スタンダード80 (80分) 関川	骨盤矯正ヨガ (80分) 伊藤
14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00			14:00～15:00	14:00～15:00
眠れる体に整えるヨガ (80分) 小泉	スタンダード80 (80分) 西村		スタンダード80 (80分) 関川			骨盤矯正ヨガ (80分) 伊藤	お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤
15:45～16:45 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (80分) 小泉	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス (80分) 小泉						15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 関川
17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 西村							17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 伊藤
			17:30～18:30 眠れる体に整えるヨガ (80分) 小泉	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 西村	17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 関川	
			19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 西村	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 伊藤	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 小泉	
			21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 小泉	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 伊藤	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 関川	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 小泉	

## 八戸店【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 子宮温活ヨガ (80分) 小泉	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 西村	10:30～11:30 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (80分) 小泉		10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 関川	10:30～11:30 スリムアッププレス (80分) 小泉
12:15～13:15		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 伊藤	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 小泉		12:15～13:15 眠れる体に整えるヨガ (80分) 小泉	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス (80分) 小泉
14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver2(80分) 小泉		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 西村		14:00～15:00 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (80分) 小泉	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 関川
15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 小泉						15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 小泉
						17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤
		17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 西村		17:30～18:30 ダイエットヨガ (80分) 伊藤	17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 小泉	
		19:15～20:15 ホットピラティス (80分) 小泉	19:15～20:15 ダイエットヨガ (80分) 伊藤	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 西村	19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分) 小泉	
		21:00～22:00 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (80分) 小泉	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 関川	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 伊藤	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 西村	