

金沢ラパーク店【4月1日～4月8日スケジュール】

04/01 火	04/02 水	04/03 木	04/04 金	04/05 土	04/06 日	04/07 月	04/08 火
10:30～11:30 ココカラダ リセッショナ (60分) 近江	10:30～11:30 Sound Feel You ver.2(60分) 浅輪		10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 近江	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (60分) 鈴木	10:30～11:30 青中美人ヨガ (60分) 近江		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 吉岡
12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 鈴木	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (60分) 近江		12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 吉岡	12:15～13:15 もも肩ヨガティス (60分) 五井	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 近江		12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 近江
14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 近江			14:00～15:00 子宮温活ヨガ (60分) 近江	14:00～15:00 小顎リフトビラティス (60分) 五井	14:00～15:00 エアロピヨガ (60分) 吉岡		14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 近江
				15:45～16:45 青中美人ヨガ (60分) 近江	15:45～16:45 花粉症スッキリヨガ (60分) 吉岡		
				17:30～18:30 スタンダード60 (60分) 鈴木			
17:30～18:30 小顎リフトビラティス (60分) 吉岡	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分) 吉岡	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 吉岡	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 鈴木				17:30～18:15 ビラティス フートキャップ (60分) 五井
19:15～20:15 スタンダード60 (60分) 鈴木	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイニシヨガ (60分) 吉岡	19:15～20:15 エアロピヨガ (60分) 吉岡	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 五井				19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 五井
21:00～22:00 スリムアッププレス (60分) 五井	21:00～22:00 スタンダード60 (60分) 鈴木	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (60分) 鈴木	21:00～22:00 もも肩ヨガティス (60分) 五井				21:00～22:00 スタンダード60 (60分) 鈴木

定休日

金沢ラパーク店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09 水	04/10 木	04/11 金	04/12 土	04/13 日	04/14 月	04/15 火	04/16 水
10:30～11:30 小顎リフトビラティス (60分) 吉岡		10:30～11:30 もも肩ヨガティス (60分) 五井	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 佐藤	10:30～11:30 スリムアッププレス (60分) 五井		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (60分) 鈴木	10:30～11:30 スタンダード60 (60分) 鈴木
12:15～13:15 エアロピヨガ (60分) 吉岡		12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 五井	12:15～13:15 ホットビラティス (60分) 鈴木	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分) 鈴木		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 鈴木	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 鈴木
14:00～15:00 青中美人ヨガ (60分) 近江		14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 鈴木	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分) 鈴木	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 五井		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 鈴木	
			15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 佐藤	15:45～16:45 スタンダード60 (60分) 鈴木			
			17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 近江				
	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 近江	17:30～18:30 青中美人ヨガ (60分) 近江				17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 吉岡	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 吉岡
19:15～20:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 五井	19:15～20:15 青中美人ヨガ (60分) 近江	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 近江				19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 近江	19:15～20:15 青中美人ヨガ (60分) 近江
21:00～22:00 ホットビラティス (60分) 鈴木	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 鈴木	21:00～22:00 全身とのう 寝たまんまヨガ (60分) 近江				21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 五井	21:00～22:00 ココカラダ リセッショナ (60分) 近江

定休日

金沢ラパーク店【4月17日～4月24日スケジュール】

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (60分)		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (60分)	
	近江	近江	近江		近江	吉岡	
	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (60分)	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)		12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	
	近江	吉岡	近江		吉岡	近江	
	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 もも肩ヨガティス (60分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		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 花粉症スッキリヨガ (60分)	
	浅輪	五井	鈴木		吉岡	吉岡	
		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60 (60分)				
		近江	鈴木				
		17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)					
		五井					
17:30～18:30 ホットピラティス (60分)	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)				17:30～18:30 エアロピヨガ (60分)		
鈴木	浅輪				佐藤	吉岡	
19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (60分)				19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分)	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)
鈴木	吉岡				佐藤	鈴木	五井
21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	21:00～21:45 ピラティス ブートキャンプ (60分)	21:00～22:00 小顎リフトピラティス (60分)
近江	吉岡				鈴木	五井	五井

定休日

金沢ラパーク店【4月25日～4月31日スケジュール】

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
金	土	日	月	火	水
	10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	10:30～11:30 痩せる動作をつくる ダイエットヨガ (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	10:30～11:30 小顎リフトピラティス (60分)	10:30～11:30 ホットピラティス (60分)
	五井	吉岡	鈴木	五井	鈴木
	12:15～13:00 ピラティス ブートキャンプ (60分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15～13:15 青中年ヨガ (60分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)
	五井	近江	近江	吉岡	吉岡
	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (60分)	14:00～15:00 ホットピラティス (60分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (60分)	
	近江	鈴木	近江	鈴木	
		15:45～16:45 スタンダード60 (60分)	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (60分)	15:45～16:45 もも肩ヨガティス (60分)	
		鈴木	鈴木	五井	
		17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)		17:30～18:30 エアロピヨガ (60分)	
		吉岡		吉岡	
	17:30～18:30 スタンダード60 (60分)			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	近江
	鈴木				
	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (60分)			19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	
	鈴木			五井	
	21:00～22:00 エアロピヨガ (60分)			21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)	
	吉岡			近江	

定休日