

## 金沢ラパーク店【4月1日～4月8日スケジュール】

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30	10:30～11:30		10:30～11:30	10:30～11:30	10:30～11:30	定休日	10:30～11:30
コロカラダ リセットヨガ (80分)	Sound Feel Yoga ver.2(80分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	肩コリラックスヨガ (80分)	背中美人ヨガ (80分)		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)
近江	浅輪		近江	鈴木	近江		吉岡
12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	子宮温活ヨガ (80分)		スタンダード80 (80分)	もも原ヨガティス (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)
鈴木	近江		吉岡	五井	近江		近江
14:00～15:00			14:00～15:00	14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)			子宮温活ヨガ (80分)	小顔リフトピラティス (80分)	エアロビヨガ (80分)		青柳純正ヨガ (80分)
近江			近江	五井	吉岡		近江
				15:45～16:45	15:45～16:45		
				背中美人ヨガ (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)		
				近江	吉岡		
				17:30～18:30			
				スタンダード80 (80分)			
				鈴木			
17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30				17:30～18:15
小顔リフトピラティス (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	セルトル美脚ヨガ (80分)				ピラティス フートキャンブ (80分)
五井	吉岡	吉岡	鈴木				五井
19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15				19:15～20:15
スタンダード80 (80分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	エアロビヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)				オトナのための オールインワンヨガ (80分)
鈴木	吉岡	吉岡	五井				五井
21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00				21:00～22:00
スリムアッププレス (80分)	スタンダード80 (80分)	肩コリラックスヨガ (80分)	もも原ヨガティス (80分)				スタンダード80 (80分)
五井	鈴木	鈴木	五井				鈴木

## 金沢ラパーク店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30～11:30		10:30～11:30	10:30～11:30	10:30～11:30	定休日	10:30～11:30	10:30～11:30
小顔リフトピラティス (80分)		もも原ヨガティス (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)	スリムアッププレス (80分)		肩コリラックスヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)
吉岡		五井	佐藤	五井		鈴木	鈴木
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 (80分)		オトナのための オールインワンヨガ (80分)	ホットピラティス (80分)	肩コリラックスヨガ (80分)		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	セルトル美脚ヨガ (80分)
吉岡		五井	鈴木	鈴木		鈴木	鈴木
14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00	
背中美人ヨガ (80分)		スタンダード80 (80分)	肩コリラックスヨガ (80分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)		セルトル美脚ヨガ (80分)	
近江		鈴木	鈴木	五井		鈴木	
			15:45～16:45	15:45～16:45			
			アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	スタンダード80 (80分)			
			佐藤	鈴木			
			17:30～18:30				
			はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)				
			近江				
	17:30～18:30	17:30～18:30				17:30～18:30	17:30～18:30
	リンパデトックスヨガ (80分)	背中美人ヨガ (80分)				はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)
	近江	近江				五井	吉岡
19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15				19:15～20:15	19:15～20:15
美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分)	背中美人ヨガ (80分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)				リンパデトックスヨガ (80分)	背中美人ヨガ (80分)
五井	近江	近江				近江	近江
21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00				21:00～22:00	21:00～22:00
ホットピラティス (80分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)				オトナのための オールインワンヨガ (80分)	コロカラダ リセットヨガ (80分)
鈴木	鈴木	近江				五井	近江

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 (80分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分)	定休日	10:30～11:30 青盤矯正ヨガ (80分)	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分)	
	近江	近江	近江		近江	吉岡	
	12:15～13:15 青盤矯正ヨガ (80分)	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (80分)	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)		12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80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 (80分)	14:00～15:00 もも尻ヨガティス (80分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)		14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (80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 (80分)	15:45～16:45 スタンダード80 (80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 (80分)					
		五井					
17:30～18:30 ホットピラティス (80分)	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分)		17:30～18:30 エアロビヨガ (80分)
鈴木	浅輪				佐藤		吉岡
19:15～20:15 スタンダード80 (80分)	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分)				19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分)	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ (80分)	19:15～20:15 スタンダード80 (80分)
鈴木	吉岡				佐藤	鈴木	五井
21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	21:00～21:45 ピラティス ブートキャンプ (80分)	21:00～22:00 小顔リフトピラティス (80分)
近江	吉岡				鈴木	五井	五井

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 (80分)	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	定休日	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分)	10:30～11:30 ホットピラティス (80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 (80分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分)	12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分)		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (80分)
五井	近江	近江		吉岡	吉岡
14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分)	14:00～15:00 ホットピラティス (80分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分)		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分)	
近江	鈴木	近江		鈴木	
	15:45～16:45 スタンダード80 (80分)	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (80分)		15:45～16:45 もも尻ヨガティス (80分)	
	鈴木	鈴木		五井	
	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (80分)			17:30～18:30 エアロビヨガ (80分)	
	吉岡			吉岡	
17:30～18:30 スタンダード80 (80分)					17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)
鈴木					近江
19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分)					19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)
鈴木					五井
21:00～22:00 エアロビヨガ (80分)					21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分)
吉岡					近江