

## 小松店【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 肩コリラックスヨガ (80分)	10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (80分)		10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス (80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:15 Beet Drum Diet 3.0 (45分)	定休日	10:30～11:30 もも原ヨガティス (80分)
佐藤	五井		浅輪	田村	佐藤		浅輪
12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分)	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (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 リンパデトックスヨガ (80分)		12:15～13:15 青登矯正ヨガ (80分)
浅輪	清水		田村	浅輪	清水		清水
14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	14:00～15:00 ホットピラティス (80分)		14:00～15:00 エアロビヨガ (80分)	14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)		14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分)
浅輪	五井		田村	田村	清水		浅輪
				15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (80分)	15:45～16:45 肩コリラックスヨガ (80分)		
				佐藤	佐藤		
				17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)			
				佐藤			
17:00～18:00 背中美人ヨガ (80分)		17:00～18:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	17:00～18:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)				17:00～18:00 スタンダード80 (80分)
清水		清水	清水				清水
18:45～19:45 スタンダード80 (80分)	18:45～19:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	18:45～19:45 エアロビヨガ (80分)	18:45～19:45 リンパデトックスヨガ (80分)				18:45～19:45 肩コリラックスヨガ (80分)
清水	佐藤	田村	佐藤				田村
20:30～21:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	20:30～21:30 エアロビヨガ (80分)	20:30～21:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	20:30～21:30 背中美人ヨガ (80分)				20:30～21:30 お腹引き締めヨガ (80分)
佐藤	田村	田村	清水				田村

## 小松店【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 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)		10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分)	10:30～11:30 ホットピラティス (80分)	10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)		10:30～11:30 エアロビヨガ (80分)	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分)
清水		佐藤	五井	田村		田村	佐藤
12:15～13:45 アドバンス80 (会員様限定)(90分)		12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (80分)	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分)		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分)
浅輪		清水	五井	浅輪		田村	佐藤
		14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分)		14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	
		佐藤	田村	清水		清水	
			15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2(80分)	15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)			
			浅輪	清水			
			17:30～18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)				
			清水				
17:00～18:00 子宮温活ヨガ (80分)	17:00～18:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分)	17:00～18:00 肩コリラックスヨガ (80分)				17:00～18:00 腫トレビューティー ヨガ(80分)	17:00～18:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)
佐藤	浅輪	田村				浅輪	浅輪
18:45～19:45 お腹引き締めヨガ (80分)	18:45～19:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	18:45～19:45 美ボディフロー ピラティス (80分)				18:45～19:45 スタンダード80 (80分)	18:45～19:45 もも原ヨガティス (80分)
田村	浅輪	浅輪				佐藤	浅輪
20:30～21:30 スタンダード80 (80分)	20:30～21:15 Beet Drum Diet 3.0 (45分)	20:30～21:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)				20:30～21:30 子宮温活ヨガ (80分)	20:30～21:30 スタンダード80 (80分)
田村	佐藤	田村				佐藤	清水

## 小松店【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 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス (80分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	定休日	10:30～11:30 アロマリラクゼーション FRUITY DIET (80分)	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	
	五井	浅輪	佐藤		浅輪	佐藤	
	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	12:15～13:15 ホットピラティス (80分)	12:15～13:15 アロマリラクゼーション DEEP FOREST (80分)		12:15～13:15 エアロビヨガ (80分)	12:15～13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	
	佐藤	浅輪	浅輪		浅輪	清水	
	14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (80分)	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (80分)	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分)		14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)		
	五井	清水	佐藤		五井		
		15:45～16:45 スタンダード80 (80分)	15:45～16:45 ホットピラティス (80分)				
		佐藤	浅輪				
		17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)					
		佐藤					
17:00～17:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	17:00～18:00 骨盤矯正ヨガ (80分)				17:00～18:00 花粉症スッキリヨガ (80分)	17:00～18:00 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (80分)	17:00～18:00 リンパデトックスヨガ (80分)
佐藤	清水				五井	浅輪	清水
18:45～19:45 リンパデトックスヨガ (80分)	18:45～19:45 エアロビヨガ (80分)				18:45～19:45 全身ととう 寝たまんまヨガ (80分)	18:45～19:45 子宮温活ヨガ (80分)	18:45～19:45 ホットピラティス (80分)
清水	佐藤				清水	佐藤	浅輪
20:30～21:30 背中美人ヨガ (80分)	20:30～21:30 全身ととう 寝たまんまヨガ (80分)				20:30～21:30 リンパデトックスヨガ (80分)	20:30～21:30 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	20:30～21:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)
清水	清水				清水	浅輪	浅輪

## 小松店【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 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	10:30～11:30 もも原ヨガティス (80分)	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分)	定休日	10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分)	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)
佐藤	浅輪	清水		清水	浅輪
12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分)	12:15～13:15 腫トレビューティー ヨガ (80分)	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)		12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分)
佐藤	浅輪	清水		佐藤	佐藤
14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分)	14:00～15:00 エアロビヨガ (80分)	14:00～15:00 肩コリラクゼーション (80分)		14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)
清水	佐藤	佐藤		佐藤	佐藤
	15:45～16:45 アロマリラクゼーション FRUITY DIET (80分)	15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (80分)		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分)	
	佐藤	佐藤		清水	
	17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分)			17:30～18:30 スタンダード80 (80分)	
	清水			清水	
17:00～18:00 美ボディフロー ピラティス (80分)					
浅輪					
18:45～19:45 アロマリラクゼーション DEEP FOREST (80分)					18:45～19:45 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)
浅輪					浅輪
20:30～21:30 骨盤矯正ヨガ (80分)					20:30～21:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)
清水					清水