

金沢ラパーク店【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 美姿勢アンチエイジングヨガ(60分)	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ(60分)	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ(会員様限定)(60分)		10:30～11:30 スリムアップブレス(60分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(60分)
	吉岡	吉岡	近江		五井	近江	
	12:15～13:15 痩せる身体をつくるダイエットヨガ(60分)	12:15～13:15 小顎リフトヨガ(60分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(60分)		12:15～13:15 ホットピラティス(60分)	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ(60分)	
	吉岡	吉岡	鈴木		鈴木	鈴木	
	14:00～15:00 スタンダード60(60分)	14:00～15:00 ホットピラティス(60分)	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ(60分)		14:00～15:00 痩せる身体をつくるダイエットヨガ(60分)		
	五井	鈴木	近江		吉岡		
		15:45～16:30 ピラティス・ブースト(45分)	15:45～16:45 ホットピラティス(60分)		15:45～16:45 スタンダード60(60分)		
		五井	鈴木		鈴木		
		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(60分)			17:30～18:30 リンパデックスヨガ(60分)		
		鈴木			五井		
17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ(60分)	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ(60分)			10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ(会員様限定)(60分)	17:30～18:30 リンパデックスヨガ(60分)		
近江	鈴木			吉岡	近江		
19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ(60分)	19:15～20:15 全身ととのう 緩たまんまヨガ(60分)			12:15～20:00 ピラティス・ブースト(45分)	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(60分)		
吉岡	近江			五井	鈴木		
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(60分)	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ(60分)			21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ(60分)	21:00～22:00 ホットピラティス(60分)		
吉岡	鈴木			吉岡	鈴木		

金沢ラパーク店【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 エアロビヨガ(60分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(60分)	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ(60分)		10:30～11:30 痩せる身体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 リンパデックスヨガ(60分)
吉岡	鈴木	近江		吉岡	未定		近江
12:15～13:15 スリムアップブレス(60分)	12:15～13:25 Mother's Day Yoga(70分)	12:15～13:15 スタンダード60(60分)		12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ(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)
五井	近江	未定		近江	近江		未定
14:00～15:00 小顎リフトヨガ(60分)	14:00～15:00 エアロビヨガ(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 子宮温活ヨガ(60分)
五井	吉岡	五井		近江			近江
15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ(60分)	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(60分)	15:45～16:45 吉岡					
吉岡	吉岡						
17:30～18:30 子宮温活ヨガ(60分)							
近江							
17:30～18:30 肩コリラックスヨガ(60分)				17:30～18:30 美姿勢アンチエイジングヨガ(60分)	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ(60分)	17:30～18:30 スタンダード60(60分)	17:30～18:30 もも肩ヨガティス(60分)
鈴木				佐藤	吉岡	未定	五井
19:15～20:15 ホットピラティス(60分)				19:15～20:15 エアロビヨガ(60分)	19:15～20:15 リンパデックスヨガ(60分)	19:15～20:15 痩せる身体をつくるダイエットヨガ(60分)	19:15～20:15 スタンダード60(60分)
鈴木				佐藤	五井	吉岡	未定
21:00～22:00 全身ととのう 緩たまんまヨガ(60分)				21:00～22:00 スタンダード60(60分)	21:00～21:45 ピラティス・ブースト(45分)	21:00～22:00 美姿勢アンチエイジングヨガ(60分)	21:00～22:00 スリムアップブレス(60分)
近江				未定	五井	吉岡	五井

金沢ラパーク店【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 ヨコロカラダ リセットヨガ (60分) 近江			10:30～11:30 もも房ヨガティス (60分) 五井	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 近江		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 吉岡	10:30～11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 近江
12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 吉岡			12:15～13:15 スリムアップブレス (60分) 五井	12:15～13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 近江		12:15～13:15 小顎リフトヨガティス (60分) 吉岡	12:15～13:00 ピラティス ノートキャンプ (45分) 五井
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 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 吉岡	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 五井		14:00～15:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 近江	14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 未定
15:45～16:45 スタンダード60 (60分) 石井							15:45～16:45 子宮温活ヨガ (60分) 近江
17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 吉岡							17:30～18:30 ホットピラティス (60分) 五井
			17:30～18:30 スタンダード60 (60分) 未定		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 スタンダード60 (60分) 未定	
			19:15～20:00 BEAT CORE HIIT (45分) 吉岡	19:15～20:15 小顎リフトヨガティス (60分) 五井	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 近江	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分) 浅輪	
			21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 吉岡	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 吉岡	21:00～22:00 スタンダード60 (60分) 未定	21:00～22:00 ホットピラティス (60分) 浅輪	

金沢ラパーク店【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 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 五井		10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 佐藤	10:30～11:40 ディープブレスヨガ (70分) 永田		10:30～11:30 スタンダード60 (60分) 未定	10:30～11:30 小顎リフトヨガティス (60分) 吉岡
12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 吉岡		12:15～13:15 エアロビヨガ (60分) 佐藤	12:15～13:15 もも房ヨガティス (60分) 五井		12:15～13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 近江	12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 未定
14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 五井		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 吉岡	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 吉岡		14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 未定	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT (45分) 吉岡
15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 吉岡						15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 五井
						17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 五井
		17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 近江		17:30～18:30 子宮温活ヨガ (60分) 近江	17:30～18:30 エアロビヨガ (60分) 吉岡	
		19:15～20:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 近江	19:15～20:15 スタンダード60 (60分) 未定	19:15～20:15 小顎リフトヨガティス (60分) 吉岡	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 近江	
		21:00～22:00 スタンダード60 (60分) 未定	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 近江	21:00～22:45 BEAT CORE HIIT (45分) 吉岡	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 吉岡	