

各務原店【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                  |
| Sound Feel Yoga ver.2 (80分)   | リンパデトックスヨガ (80分)    |                      | 花粉産スッキリヨガ (80分)              | お腹引き締めヨガ (80分)               | 小顔リフトピラティス (80分)    |       | スタンダード80 (80分)               |
| 小林                            | 金曜                  |                      | 小林                           | 波多野                          | 可児                  |       | 可児                           |
| 12:15～13:15                   | 12:15～13:25         |                      | 12:15～13:15                  | 12:15～13:15                  | 12:15～13:00         |       | 12:15～13:15                  |
| 花粉産スッキリヨガ (80分)               | ディープブレスヨガ (70分)     |                      | 美ボディフローピラティス (80分)           | アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) | BEAT CORE HIT (45分) |       | エアロビヨガ (80分)                 |
| 小林                            | 可児                  |                      | 田中                           | 波多野                          | 田中                  |       | 田中                           |
| 14:00～15:00                   | 14:00～15:00         |                      | 14:00～15:00                  | 14:00～15:00                  | 14:00～15:00         |       | 14:00～15:00                  |
| スタンダード80 (80分)                | スリムアップブレス (80分)     |                      | 子音温活ヨガ (80分)                 | パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)   | リンパデトックスヨガ (80分)    |       | 子音温活ヨガ (80分)                 |
| 金曜                            | 金曜                  |                      | 田中                           | 田中                           | 可児                  |       | 田中                           |
|                               |                     |                      |                              | 15:45～16:45                  | 15:45～16:45         |       |                              |
|                               |                     |                      |                              | スタンダード80 (80分)               | ホットピラティス (80分)      |       |                              |
|                               |                     |                      |                              | 可児                           | 田中                  |       |                              |
|                               |                     |                      |                              | 17:30～18:30                  |                     |       |                              |
|                               |                     |                      |                              | 背中美人ヨガ (80分)                 |                     |       |                              |
|                               |                     |                      |                              | 田中                           |                     |       |                              |
|                               |                     |                      |                              | 19:00～20:10                  |                     |       |                              |
|                               |                     |                      |                              | ディープブレスヨガ (70分)              |                     |       |                              |
|                               |                     |                      |                              | 可児                           |                     |       |                              |
| 17:30～18:30                   | 17:30～18:30         | 17:30～18:30          | 17:30～18:30                  |                              |                     |       | 17:30～18:30                  |
| お腹引き締めヨガ (80分)                | 小顔リフトピラティス (80分)    | もも原ヨガティス (80分)       | アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) |                              |                     |       | アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) |
| 金曜                            | 可児                  | 金曜                   | 可児                           |                              |                     |       | 可児                           |
| 19:00～20:00                   | 19:15～20:00         | 19:00～20:00          | 19:00～20:00                  |                              |                     |       | 19:00～20:00                  |
| アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) | ピラティス フードキャンプ (45分) | みるみる変わる姿勢ピラティス (80分) | スリムアップブレス (80分)              |                              |                     |       | リンパデトックスヨガ (80分)             |
| 可児                            | 小林                  | 田中                   | 金曜                           |                              |                     |       | 金曜                           |
| 20:45～21:45                   | 20:45～21:45         | 20:45～21:45          | 20:45～21:45                  |                              |                     |       | 20:45～21:45                  |
| セルトル美脚ヨガ (80分)                | 花粉産スッキリヨガ (80分)     | エアロビヨガ (80分)         | リンパデトックスヨガ (80分)             |                              |                     |       | もも原ヨガティス (80分)               |
| 可児                            | 小林                  | 田中                   | 金曜                           |                              |                     |       | 金曜                           |

各務原店【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                  |
| スリムアップブレス (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) | 花粉産スッキリヨガ (80分)       |       | 背中美人ヨガ (80分)       | リンパデトックスヨガ (80分)             |
| 金曜                   |                            | 小林                           | 可児                            | 小林                    |       | 小林                 | 可児                           |
| 12:15～13:15          |                            | 12:15～13:15                  | 12:15～13:15                   | 12:15～13:15           |       | 12:15～13:15        | 12:15～13:15                  |
| みるみる変わる姿勢ピラティス (80分) |                            | スタンダード80 (80分)               | もも原ヨガティス (80分)                | スリムアップブレス (80分)       |       | リンパデトックスヨガ (80分)   | Sound Feel Yoga ver.2 (80分)  |
| 田中                   |                            | 金曜                           | 金曜                            | 金曜                    |       | 金曜                 | 小林                           |
|                      |                            | 14:00～15:00                  | 14:00～15:00                   | 14:00～15:30           |       | 14:00～15:00        | 14:00～15:10                  |
|                      |                            | お腹引き締めヨガ (80分)               | みるみる変わる姿勢ピラティス (80分)          | アドバンス80 (会員様限定) (80分) |       | セルトル美脚ヨガ (80分)     | ディープブレスヨガ (70分)              |
|                      |                            | 金曜                           | 田中                            | 小林                    |       | 小林                 | 可児                           |
|                      |                            |                              | 15:45～16:45                   | 16:00～17:00           |       |                    |                              |
|                      |                            |                              | セルトル美脚ヨガ (80分)                | リンパデトックスヨガ (80分)      |       |                    |                              |
|                      |                            |                              | 可児                            | 金曜                    |       |                    |                              |
|                      |                            |                              | 17:30～18:30                   |                       |       |                    |                              |
|                      |                            |                              | スタンダード80 (80分)                |                       |       |                    |                              |
|                      |                            |                              | 金曜                            |                       |       |                    |                              |
| 17:30～18:30          | 17:30～18:30                | 17:30～18:30                  |                               |                       |       | 17:30～18:30        | 17:30～18:30                  |
| セルトル美脚ヨガ (80分)       | リンパデトックスヨガ (80分)           | Sound Feel Yoga ver.2 (80分)  |                               |                       |       | 美ボディフローピラティス (80分) | スタンダード80 (80分)               |
| 可児                   | 可児                         | 小林                           |                               |                       |       | 田中                 | 金曜                           |
| 19:00～20:00          | 19:00～20:00                | 19:00～20:00                  |                               |                       |       | 19:00～20:00        | 19:15～20:00                  |
| 花粉産スッキリヨガ (80分)      | パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) | アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) |                               |                       |       | 子音温活ヨガ (80分)       | BEAT CORE HIT (45分)          |
| 小林                   | 小林                         | 可児                           |                               |                       |       | 田中                 | 田中                           |
| 20:45～21:45          | 20:45～21:45                | 20:45～21:45                  |                               |                       |       | 20:45～21:45        | 20:45～21:45                  |
| 背中美人ヨガ (80分)         | スタンダード80 (80分)             | 小顔リフトピラティス (80分)             |                               |                       |       | お腹引き締めヨガ (80分)     | アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) |
| 小林                   | 可児                         | 可児                           |                               |                       |       | 金曜                 | 金曜                           |

各務原店【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<br>子宮温活ヨガ<br>(80分) | 10:30～11:30<br>スリムアッププレス<br>(80分)                 | 10:30～11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(80分) | 定休日   | 10:30～11:30<br>スタンダード80<br>(80分)           | 10:30～11:30<br>お腹引き締めヨガ<br>(80分)   |                                   |
|                               | 小林                             | 金曜  | 金曜   |       | 金曜   | 金曜                                 |                                   |
|                               | 12:15～13:00                    | 12:15～13:15                                       | 12:15～13:15  |       | 12:15～13:15                                | 12:15～13:15                        |                                   |
|                               | ピラティス<br>フットキャンピング<br>(45分)    | スタンダード80<br>(80分)                                 | ホットピラティス<br>(80分)                                  |       | もも尻ヨガティス<br>(80分)                          | 子宮温活ヨガ<br>(80分)                    |                                   |
|                               | 小林                             | 可見  | 田中   |       | 金曜   | 田中                                 |                                   |
|                               | 14:00～15:00                    | 14:00～15:00                                       | 14:00～15:00  |       | 14:00～15:00                                | 14:00～14:45                        |                                   |
|                               | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(80分)    | はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (80分)                       | 小顔リフトピラティス<br>(80分)                                |       | リンパデトックスヨガ<br>(80分)                        | BEAT CORE HIT<br>(45分)             |                                   |
|                               | 田中                             | 田中  | 可見   |       | 可見   | 田中                                 |                                   |
|                               |                                | 15:45～16:45<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(80分) | 15:45～16:45<br>お腹引き締めヨガ<br>(80分)                   |       |  |                                    |                                   |
|                               |                                | 金曜  | 金曜   |       |  |                                    |                                   |
|                               |                                | 17:30～18:30<br>セルトル美脚ヨガ<br>(80分)                  |  |       |  |                                    |                                   |
|                               |                                | 可見  |  |       |  |                                    |                                   |
|                               |                                | 19:00～20:00<br>子宮温活ヨガ<br>(80分)                    |  |       |  |                                    |                                   |
|                               |                                | 田中  |  |       |  |                                    |                                   |
| 17:30～18:30                   | 17:30～18:30                    |   |  |       | 17:45～18:30<br>ピラティス<br>フットキャンピング<br>(45分) |                                    | 17:30～18:30                       |
| はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (80分)   | リンパデトックスヨガ<br>(80分)            |   |  |       | 小林   |                                    | スタンダード80<br>(80分)                 |
| 小林                            | 金曜                             |   |  |       |  |                                    | 可見                                |
| 19:00～20:00                   | 19:00～20:00                    |   |  |       | 19:00～20:00                                | 18:30～20:00                        | 19:00～20:00                       |
| 小顔リフトピラティス<br>(80分)           | エアロビヨガ<br>(80分)                |   |  |       | 花粉症スッキリヨガ<br>(80分)                         | アドバンス80<br>(会員様限定) (90分)           | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(80分)       |
| 可見                            | 田中                             |   |  |       | 小林   | 小林                                 | 田中                                |
| 20:45～21:45                   | 20:45～21:45                    |   |  |       | 20:45～21:45<br>セルトル美脚ヨガ<br>(80分)           | 20:45～21:45<br>リンパデトックスヨガ<br>(80分) | 20:45～21:45<br>スリムアッププレス<br>(80分) |
| Sound Feel Yoga<br>ver.2(80分) | スタンダード80<br>(80分)              |   |  |       | 可見   | 可見                                 | 金曜                                |
| 小林                            | 金曜                             |   |  |       |  |                                    |                                   |

各務原店【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                   | 10:30～11:30                 | 10:30～11:30       | 定休日   | 10:30～11:30  | 10:30～11:30                 |
| Sound Feel Yoga<br>ver.2(80分) | リンパデトックスヨガ<br>(80分)         | お腹引き締めヨガ<br>(80分) |       | スリムアッププレス<br>(80分)                                 | 小顔リフトピラティス<br>(80分)         |
| 小林                            | 可見                          | 波多野               |       | 金曜   | 可見                          |
| 12:15～13:15                   | 12:15～13:15                 | 12:15～13:15       |       | 12:15～13:15  | 12:15～13:15                 |
| 花粉症スッキリヨガ<br>(80分)            | ホットピラティス<br>(80分)           | スタンダード80<br>(80分) |       | 花粉症スッキリヨガ<br>(80分)                                 | はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (80分) |
| 小林                            | 金曜                          | 金曜                |       | 小林   | 小林                          |
| 14:00～15:00                   | 14:00～15:00                 | 14:00～15:00       |       | 14:00～15:00  | 14:00～15:10                 |
| スタンダード80<br>(80分)             | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(80分) | もも尻ヨガティス<br>(80分) |       | 美ボディフロー<br>ピラティス<br>(80分)                          | ディーププレスヨガ<br>(70分)          |
| 可見                            | 田中                          | 金曜                |       | 田中   | 可見                          |
|                               | 15:45～16:45                 | 15:45～16:45       |       | 15:45～16:45  |                             |
|                               | セルトル美脚ヨガ<br>(80分)           | 子宮温活ヨガ<br>(80分)   |       | リンパデトックスヨガ<br>(80分)                                |                             |
|                               | 可見                          | 波多野               |       | 金曜   |                             |
|                               | 17:30～18:30                 |                   |       | 17:30～18:30  |                             |
|                               | スタンダード80<br>(80分)           |                   |       | パワーヨガAdvance<br>(会員様限定) (80分)                      |                             |
|                               | 金曜                          |                   |       | 田中   |                             |
|                               |                             |                   |       | 19:00～20:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(80分) |                             |
|                               |                             |                   |       | 田中   |                             |
| 17:30～18:30                   |                             |                   |       |  | 17:30～18:30                 |
| 背中美人ヨガ<br>(80分)               |                             |                   |       |  | スタンダード80<br>(80分)           |
| 田中                            |                             |                   |       |  | 金曜                          |
| 19:00～20:00                   |                             |                   |       |  | 19:15～20:00                 |
| もも尻ヨガティス<br>(80分)             |                             |                   |       |  | BEAT CORE HIT<br>(45分)      |
| 金曜                            |                             |                   |       |  | 田中                          |
| 20:45～21:45                   |                             |                   |       |  | 20:45～21:45                 |
| 子宮温活ヨガ<br>(80分)               |                             |                   |       |  | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(80分) |
| 田中                            |                             |                   |       |  | 田中                          |