

## 古河店【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 会身と上のう ねたまんぽヨガ (80分)	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ (80分)	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	定休日	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分)	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ (80分)	
	横田	横田	塚本		横田	横田	
	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分)	12:15～13:15 もも原ヨガティス (80分)		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分)	12:15～13:45 アドバンス80 (会員様限定)(80分)	
	横田	横田	塚本		倉持	会沢	
	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分)	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)		14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分)	14:30～15:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	
	倉持	倉持	倉持		横田	横田	
		15:45～16:45 花粉症スッキリヨガ (80分)	15:45～17:15 アドバンス80 (会員様限定)(80分)		15:45～16:45 SUMOYOGA 四肢コアダイエツト (80分)		
		会沢	会沢		会沢		
		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)			17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (80分)		
		倉持			会沢		
		19:15～20:15 SUMOYOGA 四肢コアダイエツト (80分)			19:15～20:15 スタンダード80 (80分)		
		会沢			池内		
17:30～18:30 スタンダード80 (80分)	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)	17:30～18:30 もも原ヨガティス (80分)
池内	会沢					池内	塚本
19:15～20:15 免疫セラピーヨガ (80分)	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)					19:15～20:15 エアロビヨガ (80分)	19:15～20:15 肩こりリラックスヨガ (80分)
横田	会沢					塚本	会沢
20:50～21:50 Sound Feel Yoga ver.2(80分)	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)					20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ (80分)	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)
横田	塚本					塚本	塚本

## 古河店【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 もも原ヨガティス (80分)	10:30～11:30 肩こりリラックスヨガ (80分)	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分)	全店研 修	全店研 修	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分)		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)
塚本	会沢	倉持			横田		池内
12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (80分)	12:15～13:15 SUMOYOGA 四肢コアダイエツト (80分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)			12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分)		12:15～13:15 スタンダード80 (80分)
塚本	会沢	倉持			会沢		池内
14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	14:00～15:10 Mother's Day Yoga (70分)	14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分)			14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分)
池内	池内	会沢			会沢		倉持
	15:45～16:45 スタンダード80 (80分)	15:45～16:45 花粉症スッキリヨガ (80分)					
	池内	会沢					
	17:30～18:30 エアロビヨガ (80分)						
	塚本						
	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (80分)						
	塚本						
17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分)					17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (80分)	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分)
池内					倉持	倉持	横田
19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)					19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分)	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)
倉持					池内	横田	倉持
20:50～21:50 お腹引き締めヨガ (80分)					20:50～21:50 スタンダード80 (80分)	20:50～21:50 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分)	20:50～21:50 免疫セラピーヨガ (80分)
倉持					池内	横田	横田

## 古河店【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 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 もも尻ヨガティス (80分)	定休日	10:30～11:30 眠れる体に整えるヨガ (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 眠れる体に整えるヨガ (80分)	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)
池内	塚本		塚本	横田		塚本	横田
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)	骨盤矯正ヨガ (80分)		ホットピラティス (80分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)		エアロビヨガ (80分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)
塚本	塚本		塚本	横田		塚本	横田
14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00
リンパデトックスヨガ (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)		全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)		スタンダード80 (80分)	ホットピラティス (80分)
池内	倉持		横田	池内		池内	塚本
15:45～16:45	15:45～16:45						15:45～16:45 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (80分)
お腹引き締めヨガ (80分)	アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (80分)						倉持
倉持	倉持						
17:30～18:30							17:30～18:30
骨盤矯正ヨガ (80分)							お腹引き締めヨガ (80分)
塚本							倉持
19:15～20:15							19:15～20:15
アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (80分)							リンパデトックスヨガ (80分)
倉持							池内
			17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	
			背中美人ヨガ (80分)	眠れる体に整えるヨガ (80分)	オトナのための オールインワンヨガ (80分)	Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	
			横田	塚本	横田	横田	
			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)	もも尻ヨガティス (80分)	肩コリラクセスヨガ (80分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	
			池内	塚本	長谷川	横田	
			20:50～21:50	20:50～21:50	20:50～21:50	20:50～21:50	
			免疫セラピーヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	エアロビヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	
			横田	池内	長谷川	池内	

## 古河店【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 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (80分)	定休日	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)		10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 もも尻ヨガティス (80分)
塚本		横田	池内		中根	塚本
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)		免疫セラピーヨガ (80分)	アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (80分)		パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ (80分)
塚本		横田	倉持		横田	倉持
14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00
美姿勢アンチエイジング ヨガ (80分)		スタンダード80 (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)		美姿勢アンチエイジング ヨガ (80分)	オトナのための オールインワンヨガ (80分)
倉持		中根	倉持		倉持	塚本
15:45～16:45						15:45～16:45
お腹引き締めヨガ (80分)						Sound Feel Yoga ver.2 (80分)
倉持						横田
						17:30～18:30
						リンパデトックスヨガ (80分)
						池内
						19:15～20:15
						スタンダード80 (80分)
						池内
		17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	
		眠れる体に整えるヨガ (80分)	ホットピラティス (80分)	アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (80分)	もも尻ヨガティス (80分)	
		塚本	塚本	倉持	塚本	
		19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	
		お腹引き締めヨガ (80分)	オトナのための オールインワンヨガ (80分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)	眠れる体に整えるヨガ (80分)	
		倉持	塚本	横田	塚本	
		20:50～21:50	20:50～21:50	20:50～21:50	20:50～21:50	
		アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (80分)	肩コリラクセスヨガ (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	
		倉持	岡崎	倉持	池内	