

## 古河店【5月1日～5月8日スケジュール】

05/01 木	05/02 金	05/03 土	05/04 日	05/05 月	05/06 火	05/07 水	05/08 木
		10:30～11:30 全員とのう 寝たまごヨガ (60分) 横田	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 堀本	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 横田	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	
		12:15～13:15 寝せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 横田	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分) 横田	12:15～13:15 もも肩ヨガティス (60分) 堀本	12:15～13:15 リンパデックスヨガ (60分) 堀本	12:15～13:45 アドバンス30 (会員様限定)(60分) 堀本	
		14:00～15:00 リンパデックスヨガ (60分) 倉持	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 倉持	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 倉持	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分) 横田	14:30～15:30 寝せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 堀本	
			15:45～16:45 花粉症スッキリヨガ (60分) 金沢	15:45～17:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 倉持	15:45～16:45 SUMOYOGA 四股コダエイスト (60分) 金沢	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分) 金沢	
				19:15～20:15 SUMOYOGA 四股コダエイスト (60分) 金沢	19:15～20:15 スタンダード60 (60分) 池内	19:15～20:15 スタンダード60 (60分) 池内	
17:30～18:30 スターダード60 (60分) 池内	17:30～18:30 青中成人ヨガ (60分) 金沢				17:30～18:30 スターダード60 (60分) 池内	17:30～18:30 もも肩ヨガティス (60分) 堀本	
19:15～20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 金沢				19:15～20:15 エアロビヨガ (60分) 堀本	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ (60分) 堀本	
20:50～21:50 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 横田	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 堀本				20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ (60分) 堀本	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 堀本	

定休日

## 古河店【5月9日～5月16日スケジュール】

05/09 金	05/10 土	05/11 日	05/12 月	05/13 火	05/14 水	05/15 木	05/16 金
		10:30～11:30 もも肩ヨガティス (60分) 堀本	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (60分) 金沢	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 横田			10:30～11:30 リンパデックスヨガ (60分) 池内
		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 堀本	12:15～13:15 SUMOYOGA 四股コダエイスト (60分) 金沢	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 倉持	12:15～13:15 青中成人ヨガ (60分) 金沢		12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 池内
		14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 池内	14:00～15:10 Mother's Day Yoga (70分) 池内	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 金沢	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 金沢		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 倉持
			15:45～16:45 スタンダード60 (60分) 池内	15:45～16:45 花粉症スッキリヨガ (60分) 金沢			
			17:30～18:30 エアロビヨガ (60分) 堀本				
			19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 堀本				
17:30～18:30 リンパデックスヨガ (60分) 池内				17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 堀本	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 堀本	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分) 横田	
19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 倉持				19:15～20:15 リンパデックスヨガ (60分) 池内	19:15～20:15 寝せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 横田	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 倉持	
20:50～21:50 お腹引き締めヨガ (60分) 倉持				20:50～21:50 スタンダード60 (60分) 池内	20:50～21:50 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分) 横田	20:50～21:50 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	

全店研修

## 古河店【5月17日～5月24日スケジュール】

#### 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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 堺本		10:30~11:30 痩せる身体をくくる ダイエタヨガ (60分) 横田	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 池内		10:30~11:30 スタンダード60 (60分) 中根	10:30~11:30 もも房ヨガティス (60分) 堺本
12:15~13:15 エアロビヨガ (60分) 堺本		12:15~13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 倉持		12:15~13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分) 横田	12:15~13:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 倉持
14:00~15:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 倉持		14:00~15:00 スタンダード60 (60分) 中根	14:00~15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 倉持		14:00~15:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 倉持	14:00~15:00 オナのための オールインワンヨガ (60分) 堺本
15:45~16:45 お腹引き締めヨガ (60分) 倉持						15:45~16:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 横田
						17:30~18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 池内
						19:15~20:15 スタンダード60 (60分) 池内
		17:30~18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 堺本	17:30~18:30 ホットピラティス (60分) 堺本	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 倉持	17:30~18:30 もも房ヨガティス (60分) 堺本	
		19:15~20:15 お腹引き締めヨガ (60分) 倉持	19:15~20:15 オナのための オールインワンヨガ (60分) 堺本	19:15~20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分) 横田	19:15~20:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 堺本	
		20:50~21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 倉持	20:50~21:50 肩コリラックスヨガ (60分) 岡崎	20:50~21:50 お腹引き締めヨガ (60分) 倉持	20:50~21:50 スタンダード60 (60分) 堺本	