

## ラスパ太田川店【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 エアロビヨガ (60分)	10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス (60分)	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	10:30～11:30 オナのための オールインワンヨガ (60分)	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	10:30～11:30 スリムアッププレス (60分)	10:30～11:30 スリムアッププレス (60分)
竹下	古宇田	小島	小島	原田	原田	小島	小島
12:00～13:00 スタンダード60 (60分)	12:00～13:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	12:00～13:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	12:00～13:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	12:15～13:15 コトレビューティー <sup>ヨガ(60分)</sup>	12:15～13:15 スリムアッププレス (60分)	12:00～13:00 花粉症スッキリヨガ (60分)	12:00～13:00 花粉症スッキリヨガ (60分)
古宇田	竹下	古宇田	原田	原田	原田	小島	古宇田
13:30～14:30 免疫セラピヨガ (60分)	13:30～14:30 もも尻ヨガティス (60分)	13:30～14:30 スタンダード60 (60分)	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	13:30～14:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	13:30～14:30 愛須
竹下	古宇田	小島	小島	竹下	原田	小島	
15:00～16:00 青中養人ヨガ (60分)		15:00～16:00 花粉症スッキリヨガ (60分)	15:00～16:00 スタンダード60 (60分)	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分)		
古宇田		古宇田	原田	原田	原田	小島	
				17:30～18:30 青中養人ヨガ (60分)	竹下		
				19:00～20:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	竹下		
18:00～19:00 美ボディフロー ピラティス (60分)	18:00～19:00 コトレビューティー <sup>ヨガ(60分)</sup>	18:00～19:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	17:50～19:00 オナのための オールインワンヨガ (60分)			18:00～19:00 エアロビヨガ (60分)	18:00～19:00 竹下
愛須	原田	竹下	原田	原田		19:30～20:30 コトレビューティー <sup>ヨガ(60分)</sup>	19:30～20:30 原田
19:30～20:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	19:30～20:15 BEAT CORE HIIT (45分)	19:30～20:30 オナのための オールインワンヨガ (60分)	19:30～20:30 もも尻ヨガティス (60分)			21:00～22:00 スタンダード60 (60分)	21:00～22:00 竹下
古宇田	竹下	原田	古宇田				
21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	21:00～22:00 オナのための オールインワンヨガ (60分)	21:00～22:00 エアロビヨガ (60分)	21:00～22:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)				
愛須	原田	竹下	古宇田				

定休日

## ラスパ太田川店【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 子宮温活ヨガ (60分)	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	10:30～11:30 コトレビューティー <sup>ヨガ(60分)</sup>	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 オナのための オールインワンヨガ (60分)	10:30～11:30 免疫セラピヨガ (60分)	10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (60分)
竹下	竹下	原田	原田	原田	小島	原田	竹下
12:00～12:45 BEAT CORE HIIT (45分)	12:00～13:00 オナのための オールインワンヨガ (60分)	12:00～13:00 青中養人ヨガ (60分)	12:15～13:15 美姿勢アンチエイジング 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)	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	12:00～13:00 美ボディフロー ピラティス (60分)	12:00～13:00 竹下
竹下	原田	古宇田	古宇田	愛須	古宇田	原田	竹下
13:30～14:30 もも尻ヨガティス (60分)	13:30～14:30 子宮温活ヨガ (60分)	13:30～14:30 スタンダード60 (60分)	14:00～15:00 スリムアッププレス (60分)	14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (60分)	13:30～14:30 コトレビューティー <sup>ヨガ(60分)</sup>	13:30～14:30 エアロビヨガ (60分)	13:30～14:30 竹下
古宇田	竹下	原田	愛須	古宇田	古宇田	原田	竹下
	15:00～16:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	15:00～16:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	15:45～16:45 スタンダード60 (60分)	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス (60分)	15:00～15:45 BEAT CORE HIIT (45分)	15:00～15:45 竹下	
	原田	古宇田	古宇田	愛須			
			17:30～18:15 BEAT CORE HIIT (45分)				
			竹下				
			19:00～20:00 ココロカラダ リセットヨガ (60分)				
			愛須				
18:00～19:00 コトレビューティー <sup>ヨガ(60分)</sup>	18:00～19:00 スタンダード60 (60分)	18:00～19:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)			18:00～19:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	18:00～19:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	18:00～19:00 古宇田
原田	古宇田	愛須			愛須	古宇田	
19:30～20:30 青中養人ヨガ (60分)	19:30～20:30 ココロカラダ リセットヨガ (60分)	19:30～20:30 エアロビヨガ (60分)			19:30～20:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	19:30～20:30 スタンダード60 (60分)	19:30～20:30 原田
古宇田	愛須	竹下			古宇田	原田	
21:00～22:10 花粉症スッキリヨガ (60分)	21:00～22:00 もも尻ヨガティス (60分)	21:00～22:10 ディープレスヨガ (70分)			21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分)	21:00～22:00 青中養人ヨガ (60分)	21:00～22:00 古宇田
原田	古宇田	愛須			愛須	古宇田	

定休日

## ラスパ太田川店【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 スリムアップブレス (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (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 青中養人ヨガ (60分)	10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	10:30～11:30 もも肩ヨガティス (60分)
愛須	古宇田	原田	竹下		竹下	古宇田	古宇田
12:00～13:00 スタンダード60 (60分)	12:00～13:00 免疫セラピーヨガ (60分)	12:15～13:15 もも肩ヨガティス (60分)	12:15～13:15 腹トレビューティー <sup>ヨガ(60分)</sup>		12:00～13:00 リンパデトックスヨガ (60分)	12:00～13:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	12:00～13:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分)
原田	竹下	古宇田	原田		小島	原田	愛須
13:30～14:30 ココロカラダ リセットヨガ (60分)	13:30～14:30 青中養人ヨガ (60分)	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)			13:30～14:30 スタンダード60 (60分)	13:30～14:30 花粉症スッキリヨガ (60分)
愛須	古宇田	原田	小島			古宇田	古宇田
15:00～16:00 花粉症スッキリヨガ (60分)	15:00～16:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	15:45～16:45 子宮温活ヨガ (60分)	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)			15:00～16:00 スリムアップブレス (60分)	
原田	竹下	竹下	竹下			愛須	
		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)	小島				
		19:00～20:00 エアロビヨガ (60分)	竹下				
18:00～19:00 もも肩ヨガティス (60分)	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ (60分)			18:00～19:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	17:50～19:00 ディープレスヨガ (70分)	18:00～19:00 スタンダード60 (60分)	
古宇田	小島			原田	愛須	原田	
19:30～20:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	19:30～20:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)			19:30～20:30 腹トレビューティー <sup>ヨガ(60分)</sup>	19:30～20:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	19:30～20:30 免疫セラピーヨガ (60分)	
小島	愛須			古宇田	竹下	竹下	
21:00～22:00 腹トレビューティー <sup>ヨガ(60分)</sup>	21:00～22:00 美ボディフロー <sup>ビラティス (60分)</sup>			21:00～22:00 スリムアップブレス (60分)	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分)	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	
古宇田	小島			愛須	愛須	原田	

定休日

## ラスパ太田川店【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 子宮温活ヨガ (60分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)		10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)
愛須	竹下	原田		原田	竹下
12:00～13:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	12:15～13:15 腹トレビューティー <sup>ヨガ(60分)</sup>	12:15～13:15 青中養人ヨガ (60分)		12:15～13:15 美ボディフロー <sup>ビラティス (60分)</sup>	12:00～13:00 花粉症スッキリヨガ (60分)
竹下	原田	古宇田		愛須	原田
13:30～14:30 美ボディフロー <sup>ビラティス (60分)</sup>	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ビラティス (60分)		14:00～15:00 免疫セラピーヨガ (60分)	13:30～14:30 もも肩ヨガティス (60分)
愛須	竹下	小島		竹下	愛須
15:00～16:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	15:45～16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分)		15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	15:00～16:00 スタンダード60 (60分)
竹下	小島	原田		原田	原田
	17:30～18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)			17:30～18:30 子宮温活ヨガ (60分)	
	古宇田			愛須	
	19:00～20:00 スタンダード60 (60分)			19:00～20:00 青中養人ヨガ (60分)	
	小島			竹下	
18:00～18:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)				18:00～19:00 スリムアップブレス (60分)	
小島				愛須	
19:30～20:30 青中養人ヨガ (60分)				19:30～20:30 リンパデトックスヨガ (60分)	
古宇田				小島	
21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ビラティス (60分)				21:00～22:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	
小島				古宇田	

定休日