

金沢店【10月1日～10月8日スケジュール】

10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 米津	10:30～12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) (80分) 奥村		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 波多野	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 桂川	10:30～11:30 もも尻ヨガティス (80分) 高橋	定休日	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 高橋
12:15～13:15 ホットピラティス (80分) 高橋	12:45～13:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 桂川		12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 奥村	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 波多野	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 波多野		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 桂川
14:00～15:00 エアロピヨガ (80分) 米津	14:15～15:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 奥村		14:00～15:00 ダイエットヨガ (80分) 波多野	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 高橋	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 高橋		14:00～15:00 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 高橋
				15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 波多野	15:45～16:45 ダイエットヨガ (80分) 波多野		
				17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 高橋			
17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 桂川		17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 波多野	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 桂川				17:30～18:30 免疫セラピーヨガ (80分) 奥村
19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 奥村	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 桂川	19:15～20:15 腫トレビューティー ヨガ (80分) 奥村	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 高橋				19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 奥村
21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 桂川	21:00～22:00 ダイエットヨガ (80分) 波多野	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 波多野	21:00～22:00 もも尻ヨガティス (80分) 高橋				21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 桂川

金沢店【10月9日～10月16日スケジュール】

10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16	
水	木	金	土	日	月	火	水	
10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 奥村		10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 高橋	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 桂川	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 奥村	定休日	10:30～11:30 腫トレビューティー ヨガ (80分) 奥村	10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分) 桂川	
12:15～13:45 アドバンス80 (会員様限定) (90分) 高橋		12:15～13:15 腫トレビューティー ヨガ (80分) 奥村	12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 桂川	12:15～13:15 もも尻ヨガティス (80分) 高橋		12:15～13:00 ピラティス フードキッキング (48分) 高橋	12:15～13:15 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 奥村	
		14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 高橋	14:00～15:00 免疫セラピーヨガ (80分) 奥村	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 奥村		14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 奥村	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 奥村	
			15:45～16:45 ダイエットヨガ (80分) 高橋	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ (80分) 高橋				
			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 高橋					
			19:15～20:15 特別レッスン 奥村					
17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 高橋	17:30～18:30 ホットピラティス (80分) 鍋谷	17:30～18:30 エアロピヨガ (80分) 奥村					17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 桂川	
19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 桂川	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 桂川	19:15～20:15 背中美人ヨガ (80分) 桂川					19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (80分) 高橋	18:45～20:15 アドバンス80 (会員様限定) (90分) 高橋
21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 桂川	21:00～22:00 肩こりリラックスヨガ (80分) 鍋谷	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 奥村					21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 桂川	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 桂川

金沢店【10月17日～10月24日スケジュール】

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 青盤矯正ヨガ (60分) 高橋	10:30～11:30 全身と頭の 寝たまんヨガ (60分) 高橋	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 奥村	定休日	10:30～11:30 全身と頭の 寝たまんヨガ (60分) 高橋	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ (60分) 奥村	
	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 奥村	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 桂川	12:15～13:15 スタンダード80 (60分) 桂川		12:15～13:15 背中美人ヨガ (60分) 桂川	12:15～13:15 ホットピラティス (60分) 奥村	
	14:00～15:00 もも尻ヨガティス (60分) 高橋	14:00～15:30 EX/パワーヨガ (会員様限定)(60分) 奥村	14:00～15:00 背中美人ヨガ (60分) 桂川		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 桂川		
		16:15～17:00 ピラティス フットキャンブ (45分) 高橋	15:45～16:45 子宮温活ヨガ (60分) 奥村				
		17:45～18:45 スタンダード80 (60分) 桂川					
17:30～18:30 スタンダード80 (60分) 桂川	17:30～18:30 背中美人ヨガ (60分) 桂川				17:00～18:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 奥村	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 高橋	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 永田
19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 桂川	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 奥村				18:45～19:30 ピラティス フットキャンブ (45分) 高橋	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 桂川	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 奥村
21:00～21:45 ピラティス フットキャンブ (45分) 高橋	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 桂川				20:30～22:00 EX/パワーヨガ (会員様限定)(60分) 奥村	21:00～22:00 スタンダード80 (60分) 桂川	21:00～22:00 ホットピラティス (60分) 高橋

金沢店【10月25日～10月31日スケジュール】

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31
金	土	日	月	火	水	木
10:30～11:15 ピラティス フットキャンブ (45分) 永田	10:30～11:30 背中美人ヨガ (60分) 桂川	10:30～11:30 スタンダード80 (60分) 桂川	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (60分) 浜崎	10:30～11:30 エアロピヨガ (60分) 奥村	
12:15～13:15 スタンダード80 (60分) 桂川	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (60分) 奥村	12:15～13:45 アドバンス80 (会員様限定)(60分) 高橋		12:15～13:15 もも尻ヨガティス (60分) 高橋	12:15～13:15 スタンダード80 (60分) 浜崎	
14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 高橋	14:00～15:00 スタンダード80 (60分) 浜崎	14:30～15:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 桂川		14:00～15:00 スタンダード80 (60分) 浜崎	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (60分) 奥村	
	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 桂川	16:00～17:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 高橋				
	17:30～18:30 エアロピヨガ (60分) 奥村					
17:30～18:30 青盤矯正ヨガ (60分) 高橋				17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 奥村	17:30～18:30 特別レッスン 奥村	17:30～18:30 スタンダード80 (60分) 桂川
19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 奥村				19:15～20:15 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 高橋	19:15～20:15 スタンダード80 (60分) 桂川	19:15～20:15 もも尻ヨガティス (60分) 高橋
21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分) 奥村				21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 奥村	21:00～21:45 ピラティス フットキャンブ (45分) 高橋	21:00～22:00 背中美人ヨガ (60分) 桂川