

函館店【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 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ (80分)	10:30～11:30 育中美人ヨガ (80分)	10:30～11:30 腫トレビュートー ヨガ(80分)	定休日	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30～11:30 ココロカラダ リセットヨガ (80分)	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)
佐藤	朝長	米谷	米谷		米谷	佐藤	渡辺
12:00～13:00 免疫セラピーヨガ (80分)	12:00～13:00 スリムアッププレス (80分)	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	12:15～13:15 ダイエットヨガ (80分)		12:00～13:30 アドバンス80 (会員様限定)(90分)	12:00～13:00 腫トレビュートー ヨガ(80分)	12:00～13:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)
朝長	渡辺	朝長	朝長		佐藤	米谷	朝長
13:30～14:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分)	13:30～14:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	14:00～15:00 小顔リフトセラティス (80分)	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)		14:00～15:00 アロマリラクゼーション DEEP FOREST (80分)	13:30～14:30 美ボディフロー セラティス (80分)	13:30～14:30 みるみる変わる 姿勢セラティス (80分)
佐藤	渡辺	朝長	米谷		佐藤	佐藤	渡辺
		15:45～16:45 エアロビヨガ (80分)	15:45～16:45 小顔リフトセラティス (80分)		15:30～16:30 DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MIX～ (80分)		15:00～16:00 ダイエットヨガ (80分)
		渡辺	朝長		渡辺		朝長
		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分)			17:00～18:00 腫トレビュートー ヨガ(80分)		
		米谷			米谷		
		19:00～20:00 ホットセラティス (80分)			18:30～19:30 みるみる変わる 姿勢セラティス (80分)		
		渡辺			渡辺		
18:00～19:00 ホットセラティス (80分)	18:00～19:00 腫トレビュートー ヨガ(80分)					18:00～19:00 リンパデトックスヨガ (80分)	18:00～19:00 骨盤矯正ヨガ (80分)
渡辺	米谷					朝長	朝長
19:30～20:30 スタンダード80 (80分)	19:30～20:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)					19:30～20:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分)	19:30～20:30 エアロビヨガ (80分)
朝長	渡辺					佐藤	米谷
21:00～22:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分)					21:00～22:00 ダイエットヨガ (80分)	21:00～22:00 腫トレビュートー ヨガ(80分)
渡辺	米谷					朝長	米谷

函館店【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 アロマリラクゼーション FRUITY DIET (80分)	10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分)	定休日	全店研修		10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)
佐藤	渡辺	朝長				朝長	米谷
12:00～13:00 リンパデトックスヨガ (80分)	12:15～13:25 Mother's Day Yoga (70分)	12:15～13:15 エアロビヨガ (80分)				12:00～13:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	12:00～13:00 ホットセラティス (80分)
米谷	朝長	渡辺				渡辺	渡辺
13:30～14:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分)	14:00～15:00 DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MIX～ (80分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分)				13:30～14:30 ダイエットヨガ (80分)	13:30～14:30 スタンダード80 (80分)
佐藤	渡辺	朝長				朝長	米谷
	15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢セラティス (80分)					15:00～16:00 スリムアッププレス (80分)
	朝長	渡辺					渡辺
	17:30～18:30 スリムアッププレス (80分)						
	渡辺						
	19:00～20:00 リンパデトックスヨガ (80分)						
	米谷						
18:00～19:00 育中美人ヨガ (80分)					18:00～19:00 ココロカラダ リセットヨガ (80分)	18:00～19:00 DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MIX～ (80分)	18:00～19:00 腫トレビュートー ヨガ(80分)
米谷					佐藤	渡辺	米谷
19:30～20:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)					19:30～20:30 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (80分)	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ (80分)	19:30～20:30 ダイエットヨガ (80分)
渡辺					佐藤	米谷	朝長
21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢セラティス (80分)					21:00～22:00 エアロビヨガ (80分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)
渡辺					米谷	米谷	朝長

函館店【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 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	10:30～11:30 ココロカラダ リセットヨガ (80分)	定休日	10:30～11:30 腫トレビューティー ヨガ (80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 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 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)
佐藤	佐藤		米谷	山田	朝長	佐藤	佐藤
12:15～13:15	12:15～13:15		12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00	12:15～13:15
免疫セラピーヨガ (80分)	小顔リフトピラティス (80分)		背中美人ヨガ (80分)	DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MIX～ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	背中美人ヨガ (80分)
朝長	朝長		米谷	渡辺	米谷	山田	米谷
14:00～15:00	14:00～14:45		13:30～14:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	13:30～14:30 眠れる体に整えるヨガ (80分)	13:30～14:30 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分)	13:30～14:30 美ボディフロー ピラティス (80分)	14:00～15:00 眠れる体に整えるヨガ (80分)
リンパデトックスヨガ (80分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)		佐藤	佐藤	朝長	佐藤	佐藤
米谷	佐藤		15:00～16:00 スタンダード80 (80分)		15:00～16:00 腫トレビューティー ヨガ (80分)		15:45～16:45 スタンダード80 (80分)
15:45～16:45	15:45～16:45		山田		米谷		山田
17:30～18:30 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分)							17:30～18:30 腫トレビューティー ヨガ (80分)
朝長							米谷
19:00～20:00 背中美人ヨガ (80分)							19:00～19:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)
米谷							渡辺
			18:00～19:00 眠れる体に整えるヨガ (80分)	18:00～19:00 ダイエットヨガ (80分)	18:00～18:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	18:00～19:00 スタンダード80 (80分)	
			佐藤	朝長	佐藤	山田	
			19:30～20:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	19:30～20:30 腫トレビューティー ヨガ (80分)	19:30～20:30 スタンダード80 (80分)	19:30～20:30 小顔リフトピラティス (80分)	
			渡辺	米谷	山田	朝長	
			21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス (80分)	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (80分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分)	
			佐藤	朝長	佐藤	米谷	

函館店【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 エアロビヨガ (80分)	定休日	10:30～11:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分)	10:30～11:30 眠れる体に整えるヨガ (80分)	DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MIX～ (80分)	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)
米谷		渡辺	朝長	佐藤	渡辺	渡辺
12:15～13:15		12:00～13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	12:00～12:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	12:00～13:00 スタンダード80 (80分)	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ (80分)	12:15～13:15 ダイエットヨガ (80分)
渡辺		12:15～13:15	渡辺	山田	米谷	朝長
14:00～15:00		13:30～14:30	13:30～14:30	13:30～14:30	13:30～14:30	14:00～15:00
リンパデトックスヨガ (80分)		スリムアッププレス (80分)	免疫セラピーヨガ (80分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	ホットピラティス (80分)	眠れる体に整えるヨガ (80分)
米谷		渡辺	朝長	佐藤	渡辺	佐藤
15:45～16:45		15:00～16:00 眠れる体に整えるヨガ (80分)		15:00～16:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	15:00～16:00 腫トレビューティー ヨガ (80分)	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス (80分)
スリムアッププレス (80分)		佐藤		佐藤	米谷	佐藤
渡辺						17:30～18:30 免疫セラピーヨガ (80分)
						朝長
						19:00～20:00 スタンダード80 (80分)
						山田
		18:00～19:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	17:30～18:30 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分)	18:00～19:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	18:00～19:00 スタンダード80 (80分)	
		佐藤	渡辺	渡辺	山田	
		19:30～20:30 リンパデトックスヨガ (80分)	19:00～20:30 アドニス80 (会員様限定) (80分)	19:30～20:30 背中美人ヨガ (80分)	19:30～20:30 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分)	
		朝長	佐藤	米谷	朝長	
		21:00～22:00 エアロビヨガ (80分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)	21:00～22:00 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	21:00～22:00 ダイエットヨガ (80分)	
		米谷	山田	渡辺	朝長	