

美濃加茂店【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 青中人ヨガ (60分)	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (60分)		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	10:30～11:30 エアロビヨガ (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 スリムアッププレス (60分)
加藤	瀬川		瀬川	村雲	村雲		村雲
12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	12:15～13:15 スリムアッププレス (60分)		12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (全員様限定)(60分)	12:15～13:15 馬鹿ヨガ ver.2 (60分)	12:15～13:15 青中人ヨガ (60分)		12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)
加藤	村雲		波多野	瀬川	加藤		加藤
14:00～15:00 もも震ヨガティス (60分)	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分)	14:00～15:00 もも震ヨガティス (60分)	14:00～15:10 スタンダード60 (60分)		14:00～15:00 スタンダード60 (60分)
渡辺	瀬川		瀬川	渡辺	村雲		村雲
				15:45～16:45 スクダーフ60 (60分)	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ (60分)		
				瀬川	加藤		
17:30～18:30 馬鹿ヨガ ver.2 (60分)		17:30～18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	17:30～18:30 小顎リフトピラティス (60分)			17:30～18:30 ホットピラティス (60分)
瀬川		村雲	加藤	渡辺			渡辺
19:15～20:15 エアロビヨガ (60分)	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分)	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分)				19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)
村雲	村雲	瀬川	加藤				加藤
21:00～22:00 スタンダード60 (60分)	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)				21:00～21:45 ピラティス ポートキャンプ (60分)
瀬川	加藤	瀬川	波多野				渡辺

定休日

美濃加茂店【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 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		10:30～11:15 ピラティス ポートキャンプ (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 (全員様限定)(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 エアロビヨガ (60分)
瀬川		渡辺	加藤	加藤		野田	村雲
12:15～13:45 アジャパンス60 (全員様限定)(60分)		12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(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 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)
渡辺		瀬川	加藤	村雲		渡辺	渡辺
		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	14:00～15:00 ピラティス ポートキャンプ (60分)		14:00～15:00 ホットピラティス (60分)	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)
		渡辺	村雲	渡辺		野田	村雲
			15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (60分)	15:45～16:45 花粉症スッキリヨガ (60分)			
			瀬川	加藤			
17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	17:30～18:30 スリムアッププレス (60分)	17:30～18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)			17:30～18:30 小顎リフトピラティス (60分)	
加藤	村雲	村雲	村雲			渡辺	
19:15～20:15 エアロビヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	19:15～20:25 ディープリスヨガ (70分)				19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分)
村雲	村雲	瀬川				加藤	加藤
21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	21:00～22:00 青中人ヨガ (60分)	21:00～22:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)				21:00～22:00 花粉症スッキリヨガ (60分)	21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (60分)
加藤	加藤	村雲				加藤	瀬川

定休日

美濃加茂店【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 ホットピラティス (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 青中美人ヨガ (60分)		10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	10:30～11:30 脚活ヨガ ver.2 (60分)	
	野田	村雲	野田		村雲	野田	
	12:15～13:15 脚活ヨガ ver.2 (60分)	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		12:15～13:25 ティーブレスヨガ (70分)	12:15～13:15 エアロビヨガ (60分)	
	野田	瀬川	渡辺		瀬川	村雲	
	14:00～15:00 スリムアップブレス (60分)	14:00～15:00 小顎リフトピラティス (60分)	14:00～15:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)		14:00～15:00 スリムアップブレス (60分)		
	村雲	渡辺	野田		村雲		
			15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)			
			瀬川	渡辺			
17:30～18:30	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	17:30～18:15 リンパデトックスヨガ (60分)	17:30～18:15 ピラティス ポートキヤンプ (60分)		17:30～18:30 脚活ヨガ ver.2 (60分)	17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)
	渡辺	渡辺	渡辺		渡辺	瀬川	瀬川
19:15～20:15	19:15～20:15 青中美人ヨガ (60分)	19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (60分)			19:15～20:15 もも房ヨガティス (60分)	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	19:15～20:15 小顎リフトピラティス (60分)
	加藤	加藤			渡辺	渡辺	渡辺
21:00～22:00	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (60分)	21:00～22:00 もも房ヨガティス (60分)			21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (60分)	21:00～22:00 エアロビヨガ (60分)
	瀬川	渡辺			瀬川	瀬川	村雲

定休日

美濃加茂店【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 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	10:30～11:30 エアロビヨガ (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 ホットピラティス (60分)
	野田	瀬川	村雲	波多野	野田
	12:15～13:15 ホットピラティス (60分)	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	12:15～13:15 スリムアップブレス (60分)
	野田	加藤	渡辺	村雲	村雲
	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	14:00～15:00 青中美人ヨガ (60分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	14:00～15:00 脚活ヨガ ver.2 (60分)
	渡辺	加藤	加藤	波多野	野田
				15:45～16:45 肩コリラックスヨガ (60分)	
				瀬川	
17:00～18:30	17:30～18:30 アドバンス60 (会員様限定)(60分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)		17:30～18:15 ピラティス ポートキヤンプ (60分)	
	渡辺	村雲		小林	
19:15～20:15	スリムアップブレス (60分)				19:15～20:25 ティーブレスヨガ (70分)
	村雲				瀬川
21:00～22:00	スタンダード60 (60分)				21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)
	村雲				加藤

定休日