

金沢店【4月1日～4月8日スケジュール】

04/01 火	04/02 水	04/03 木	04/04 金	04/05 土	04/06 日	04/07 月	04/08 火
10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 奥村	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (60分) 浜崎		10:30～11:30 肩活ヨガ ver.2 (60分) 高橋	10:30～11:40 ディープフレッシュヨガ (70分) 奥村	10:30～11:30 エアロビヨガ (60分) 田村		10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス (60分) 高橋
12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 浜崎	12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 奥村		12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 浜崎	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 浜崎	12:15～13:15 ココロカラダ リセッタヨガ (60分) 奥村		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 奥村
14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 浜崎	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 浜崎		14:00～15:00 ホットピラティス (60分) 高橋	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 浜崎	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 田村		14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 高橋
				15:45～16:45 スクダーフ60 (60分) 高橋	15:45～16:45 はじめてのワーキング (全員様限定)(60分) 奥村		
				17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 奥村			
17:30～18:30 スタンダード60 (60分) 浜崎		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 浜崎	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 奥村				17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (60分) 浜崎
19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 奥村	19:15～20:15 肩活ヨガ ver.2 (60分) 高橋	19:15～20:15 スタンダード60 (60分) 高橋	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 浜崎				19:15～20:25 ディープフレッシュヨガ (70分) 奥村
21:00～22:00 スタンダード60 (60分) 奥村	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 奥村	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (60分) 浜崎	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 奥村				21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 浜崎

金沢店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09 水	04/10 木	04/11 金	04/12 土	04/13 日	04/14 月	04/15 火	04/16 水
10:30～11:30 スタンダード60 (60分) 高橋		10:30～11:30 エアロビヨガ (60分) 奥村	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分) 奥村	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 浜崎		10:30～11:30 スタンダード60 (60分) 浅輪	10:30～11:30 子宮温湯ヨガ (60分) 奥村
12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 浜崎		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 浜崎	12:15～13:15 全身ととのう 瘦たまんまヨガ (60分) 高橋	12:15～13:45 アロマス90 (会員様限定)(90分) 高橋		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 浜崎	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 浜崎
		14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 浜崎	14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (60分) 奥村	14:30～15:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 高橋		14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 浜崎	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 奥村
			15:45～16:45 スリムアップブレス (60分) 高橋	16:15～17:15 肩コリラックスヨガ (60分) 浜崎			
			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 浜崎				
17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分) 奥村	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 奥村	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分) 高橋				17:30～18:30 肩活ヨガ ver.2 (60分) 高橋	
19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 高橋	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 高橋	19:15～20:15 子宮温湯ヨガ (60分) 奥村				19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 奥村	18:45～19:45 スタンダード60 (60分) 浜崎
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 奥村	21:00～22:00 もも尻ヨガティス (60分) 高橋	21:00～22:00 全身ととのう 瘦たまんまヨガ (60分) 高橋				21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス (60分) 高橋	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定)(90分) 高橋

定休日

金沢店【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 セルトル美脚ヨガ (60分)	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (60分)	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (60分)	
	鈴木	浜崎	奥村		奥村	浅輪	
	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分)	12:15～13:15 ホットピラティス (60分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	
	浜崎	五井	播出		浜崎	浜崎	
	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (60分)		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (60分)		
	浜崎	奥村	奥村		浜崎		
		15:45～16:45 ココロカラダ リセットヨガ (60分)	15:45～16:45 スタンダード60 (60分)				
		奥村	播出				
		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (60分)					
		浜崎					
17:30～18:30 スリムアップブレス (60分)	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)			17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)	17:30～18:30 スタンダード60 (60分)	
高橋	奥村			高橋	浜崎	浜崎	
19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)	19:15～20:15 パワーヨガAdvanced (会員様限定)(60分)			19:15～20:15 ココロカラダ リセットヨガ (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 子宮温活ヨガ (60分)	
浜崎	奥村			奥村	高橋	奥村	
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)			21:00～22:00 スリムアップブレス (60分)	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	21:00～22:00 ホットピラティス (60分)	
高橋	鈴木			高橋	高橋	奥村	

金沢店【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 スタンダード60 (60分)	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (60分)		10:30～11:30 もも肩ヨガティス (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)
浜崎	高橋	奥村		五井	清水
12:15～13:45 アジャパンス60 (会員様限定)(60分)	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (60分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)		12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)
高橋	奥村	浜崎		高橋	高橋
14:30～15:30 肩コリラックスヨガ (60分)	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス (60分)	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)
浜崎	高橋	浜崎		浜崎	高橋
	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分)	15:45～16:45 エアロビヨガ (60分)		15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	
	浜崎	奥村		高橋	
	17:30～18:40 ディープレスヨガ (70分)			17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (60分)	
	奥村			浜崎	
17:30～18:30 ココロカラダ リセットヨガ (60分)					
奥村					
19:15～20:15 エアロビヨガ (60分)				19:15～20:15 もも肩ヨガティス (60分)	
奥村				高橋	
21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)	
高橋				浜崎	