

苦小牧店【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 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	10:30～11:30 スターダード60 (60分)		10:30～11:30 もも肩ヨガティス (60分)	10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみヨガ (60分)	10:30～11:30 スターダード60 (60分)		10:30～11:30 スターダード60 (60分)
日野	滝上		日野	清都	滝上		大石
12:15～13:15 エアロヨガ (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 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15～13:15 はじめてのバーヨガ (会員様限定)(60分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分)
日野	日野		滝上	日野	滝上		大石
14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分)		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	14:00～15:00 スターダード60 (60分)	14:00～15:00 ホットピラティス (60分)		14:00～14:45 BEAT CORE HIT (45分)
滝上	日野		日野	滝上	日野		清都
				15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (60分)	15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分)		
				17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)			
				清都			
17:30～18:30 スターダード60 (60分)		17:30～18:30 小顎リフトピラティス (60分)	17:30～18:30 スターダード60 (60分)				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)
大石		清都	大石				滝上
18:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	19:15～20:15 スターダード60 (60分)	19:15～20:15 ダイエットヨガ (60分)				19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス (60分)
清都	清都	大石	大石				日野
21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (60分)	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	21:00～22:00 花粉症スッキリヨガ (60分)				21:00～22:00 スタンダード60 (60分)
大石	大石	清都	清都				滝上

定休日

苦小牧店【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 花粉症スッキリヨガ (60分)		10:30～11:30 スターダード60 (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 Sound Feel Yoga ver.2(60分)		10:30～11:30 アドバンス90 (会員様限定)(90分)	
清都		大石	日野	清都		日野	日野
12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)		12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス (60分)	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分)	12:15～13:15 スターダード60 (60分)		12:15～13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	
大石		日野	大石	大石		大石	清都
		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分)	14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		13:45～14:45 ホットピラティス (60分)	小顎リフトピラティス (60分)
		大石	大石	清都		日野	清都
				15:30～16:30 スターダード60 (60分)	15:45～16:45 肩コリラックスヨガ (60分)		
				滝上	大石		
				17:15～18:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)			
				清都			
17:30～18:30 スタンダード60 (60分)	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)				17:30～18:30 ダイエットヨガ (60分)	
滝上	清都	滝上				大石	
18:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)	19:15～20:15 ダイエットヨガ (60分)	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)				19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)
滝上	大石	清都				滝上	大石
21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (60分)	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 リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)
日野	滝上	清都				滝上	滝上

定休日

苦小牧店【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 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)		10:30～11:30 エアロピヨガ (60分)	10:30～11:30 ポールでゆるめて ゆがみヨガ (60分)	
	満上	満上	満上		日野	清都	
	12:15～13:15 ダイエットヨガ (60分)	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス (60分)	
	大石	清都	清都		清都	日野	
	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)		14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)		
	満上	日野	満上		清都		
		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分)	15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)				
		満上	清都				
		17:30～18:30 もも房ヨガティス (60分)					
		日野					
	17:30～18:30 スタンダード60 (60分)	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT (45分)	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)
	大石	日野			満上	清都	清都
	18:15～20:15 肩コリラックスヨガ (60分)	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT (45分)			18:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (全員様限定)(60分)	19:00～20:00 スタンダード60 (60分)	18:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)
	大石	清都			日野	満上	清都
	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	20:45～21:45 ホットピラティス (60分)			21:00～22:00 スタンダード60 (60分)	20:45～21:45 リンパデトックスヨガ (60分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)
	清都	日野			満上	満上	満上

定休日

苦小牧店【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 はじめてのパワーヨガ (全員様限定)(60分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	10:30～11:15 Best Drum Diet 3.0 (45分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)
	日野	満上	大石	大石	満上
	12:15～13:15 小顎リフトピラティス (60分)	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	12:15～13:15 もも房ヨガティス (60分)	12:00～13:00 スタンダード60 (60分)	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分)
	清都	日野	日野	満上	大石
	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分)	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分)	13:45～14:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	
	日野	日野	大石	清都	
		15:45～16:45 スタンダード60 (60分)	15:45～17:15 アドバンス60 (全員様限定)(90分)	15:30～16:30 肩コリラックスヨガ (60分)	
		満上	日野	大石	
		17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (60分)		17:15～18:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	
		大石		清都	
	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (60分)				17:30～18:30 もも房ヨガティス (60分)
	大石				日野
	18:15～20:15 スタンダード60 (60分)				18:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (60分)
	満上				清都
	21:00～22:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)				21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)
	大石				清都

定休日