

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 (80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)		10:30～11:30 もも原ヨガティス (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 スタンダード80 (80分)	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)
日野	瀬上		日野	清都	瀬上		大石
12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15
エアロビヨガ (80分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分)		リンパデトックスヨガ (80分)	はじめての、パワーヨガ (会員様限定)(80分)	リンパデトックスヨガ (80分)		肩コリラックスヨガ (80分)
日野	日野		瀬上	日野	瀬上		大石
14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	14:00～15:00 ホットピラティス (80分)		14:00～14:45 BEAT CORE HIT (45分)
リンパデトックスヨガ (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)		日野	瀬上	日野		清都
瀬上	日野			15:45～18:45 お腹引き締めヨガ (80分)	15:45～18:45 オトナのための オールインワンヨガ (80分)		
				日野	日野		
				17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)			
				清都			
17:30～18:30		17:30～18:30	17:30～18:30				17:30～18:30
スタンダード80 (80分)		小顔リフトピラティス (80分)	スタンダード80 (80分)				リンパデトックスヨガ (80分)
大石		清都	大石				瀬上
18:15～20:15	18:15～20:15	18:15～20:15	18:15～20:15				18:15～20:15
花粉症スッキリヨガ (80分)	Sound Feel Yoga ver.2(80分)	スタンダード80 (80分)	ダイエットヨガ (80分)				美ボディフロー ピラティス (80分)
清都	清都	大石	大石				日野
21:00～21:45	21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00				21:00～22:00
Beat Drum Diet 3.0 (45分)	肩コリラックスヨガ (80分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)				スタンダード80 (80分)
大石	大石	清都	清都				瀬上

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 (80分)		10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	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 Sound Feel Yoga ver.2(80分)	定休日	10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分)	10:30～12:00 アドバンス80 (会員様限定)(80分)
清都		大石	日野	清都		日野	日野
12:15～13:00		12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:00	12:45～13:45
Beat Drum Diet 3.0 (45分)		美ボディフロー ピラティス (80分)	肩コリラックスヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)		Beat Drum Diet 3.0 (45分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)
大石		日野	大石	大石		大石	清都
		14:00～15:00	14:00～14:45	14:00～15:00		13:45～14:45	14:30～15:30
		肩コリラックスヨガ (80分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)		ホットピラティス (80分)	小顔リフトピラティス (80分)
		大石	大石	清都		日野	清都
			15:30～18:30	15:45～18:45			
			スタンダード80 (80分)	肩コリラックスヨガ (80分)			
			瀬上	大石			
			17:15～18:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)				
			清都				
17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30				17:30～18:30	
スタンダード80 (80分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)				ダイエットヨガ (80分)	
瀬上	清都	瀬上				大石	
18:15～20:15	18:15～20:15	18:15～20:15				18:15～20:15	18:15～20:00
リンパデトックスヨガ (80分)	ダイエットヨガ (80分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)				スタンダード80 (80分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)
瀬上	大石	清都				瀬上	大石
21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00				21:00～22:00	20:45～21:45
お腹引き締めヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	Sound Feel Yoga ver.2(80分)				リンパデトックスヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)
日野	瀬上	清都				瀬上	瀬上

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 (80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	定休日	10:30～11:30 エアロピヨガ (80分)	10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	
	遡上	遡上	遡上		日野	清都	
	12:15～13:15 ダイエットヨガ (80分)	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分)	12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (80分)		12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (80分)	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス (80分)	
	大石	清都	清都		清都	日野	
	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	14:00～15:00 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (80分)	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)		14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)		
	遡上	日野	遡上		清都		
		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分)	15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)				
		遡上	清都				
		17:30～18:30 もも尻ヨガティス (80分)					
		日野					
17:30～18:30 スタンダード80 (80分)	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分)				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分)	17:30～18:15 BEAT CORE HIT (45分)	17:30～18:30 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (80分)
大石	日野				遡上	清都	清都
18:15～20:15 肩コリラクセスヨガ (80分)	18:15～20:00 BEAT CORE HIT (45分)				18:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	19:00～20:00 スタンダード80 (80分)	18:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分)
大石	清都				日野	遡上	清都
21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	20:45～21:45 ホットピラティス (80分)				21:00～22:00 スタンダード80 (80分)	20:45～21:45 リンパデトックスヨガ (80分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)
清都	日野				遡上	遡上	遡上

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 (会員様限定)(80分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	定休日	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)
日野	遡上	大石		大石	遡上
12:15～13:15 小顔リフトピラティス (80分)	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	12:15～13:15 もも尻ヨガティス (80分)		12:00～13:00 スタンダード80 (80分)	12:15～13:15 肩コリラクセスヨガ (80分)
清都	日野	日野		遡上	大石
14:00～15:00 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (80分)	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分)	14:00～15:00 肩コリラクセスヨガ (80分)		13:45～14:45 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (80分)	
日野	日野	大石		清都	
	15:45～16:45 スタンダード80 (80分)	15:45～17:15 アドバンス80 (会員様限定)(90分)		15:30～16:30 肩コリラクセスヨガ (80分)	
	遡上	日野		大石	
	17:30～18:30 肩コリラクセスヨガ (80分)			17:15～18:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	
	大石			清都	
17:30～18:30 肩コリラクセスヨガ (80分)					17:30～18:30 もも尻ヨガティス (80分)
大石					日野
18:15～20:15 スタンダード80 (80分)					18:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (80分)
遡上					清都
21:00～21:45 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 (80分)
大石					清都