

松本店【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 お腹引き締めヨガ (80分)		10:30～11:30 腫トレビューティー ヨガ(80分)	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 花粉症スッキリヨガ (80分)	定休日	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)
秋山	秋山		秋山	北村	秋山		福山
12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (80分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)		12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:00 リンパデトックスヨガ (80分)	12:15～13:15 ホットピラティス (80分)		12:15～13:15 エアロビヨガ (80分)
秋山	福山		秋山	田中	福山		福山
14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (80分)		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分)		14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分)
宮崎	伊澤		宮崎	福山	福山		伊澤
				15:45～16:45 スリムアッププレス (80分)	15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ (80分)		
				北村	秋山		
				17:30～18:30 スタンダード80 (80分)			
				田中			
17:30～18:30 スタンダード80 (80分)		17:30～18:15 BEAT CORE HIT (45分)	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (80分)				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分)
宮崎		秋山	福山				秋山
19:15～20:15 小顔リフトピラティス (80分)	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分)	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	19:15～20:15 スタンダード80 (80分)				19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分)
伊澤	伊澤	伊澤	福山				秋山
21:00～22:00 スリムアッププレス (80分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (80分)	21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分)				20:50～22:00 ディーブプレスヨガ (70分)
伊澤	福山	伊澤	宮崎				伊澤

松本店【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 骨盤矯正ヨガ (80分)		10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 もも尻ヨガティス (80分)	10:30～11:30 腫トレビューティー ヨガ(80分)	定休日	10:30～11:15 BEAT CORE HIT (45分)	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分)
福山		秋山	伊澤	秋山		秋山	秋山
12:15～13:45 アドバンスト80 (会員様限定)(90分)		12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (80分)	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分)	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)		12:15～13:15 腫トレビューティー ヨガ(80分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分)
伊澤		秋山	秋山	秋山		秋山	秋山
		14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分)	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(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)
		福山	秋山	伊澤		鈴木	福山
			15:45～16:45 エアロビヨガ (80分)	15:45～16:45 小顔リフトピラティス (80分)			
			福山	伊澤			
			17:30～18:40 ディーブプレスヨガ (70分)				
			伊澤				
17:30～18:30 もも尻ヨガティス (80分)	17:30～18:30 エアロビヨガ (80分)	17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分)				17:30～18:30 スタンダード80 (80分)	
伊澤	福山	伊澤				福山	
19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (80分)	19:15～20:15 スタンダード80 (80分)	19:15～20:15 スリムアッププレス (80分)				19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分)	19:05～20:15 ディーブプレスヨガ (70分)
秋山	石川	伊澤				鈴木	伊澤
21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (80分)	21:00～22:00 ホットピラティス (80分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)				21:00～21:45 Beet Drum Diet 3.0 (45分)	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)
秋山	福山	福山				福山	伊澤

松本店【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 スリムアッププレス (80分)	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	定休日	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30～11:40 ディーププレスヨガ (70分)	
	未定	福山	未定		未定	伊澤	
	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:15 スリムアッププレス (80分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)		12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	12:15～13:15 スリムアッププレス (80分)	
	秋山	未定	未定		伊澤	未定	
	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分)	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (80分)		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)		
	秋山	渡邊	伊澤		未定		
		15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	15:45～17:15 アドバンスト80 (会員様限定) (80分)				
		未定	伊澤				
		17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)					
		渡邊					
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 ホットピラティス (80分)				17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (80分)	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	17:30～18:30 圖トレビューティー ヨガ (80分)
秋山	伊澤				秋山	福山	秋山
19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)				19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分)	19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (80分)	19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)
伊澤	伊澤				伊澤	秋山	福山
21:00～22:00 花粉症スッキリヨガ (80分)	21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分)				21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ (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)
秋山	福山				秋山	福山	秋山

松本店【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 エアロビヨガ (80分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30～11:30 もも原ヨガティス (80分)	定休日	10:30～11:15 BEAT CORE HIT (45分)	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分)
福山	未定	伊澤		秋山	伊澤
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 お腹引き締めヨガ (80分)	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)		12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)
秋山	福山	福山		伊澤	福山
14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (80分)	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)		14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (80分)	14:00～14:45 BEAT CORE HIT (45分)
福山	未定	福山		秋山	秋山
	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	15:45～16:45 小顔リフトピラティス (80分)		15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	
	伊澤	伊澤		伊澤	
	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)			17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (80分)	
	伊澤			伊澤	
17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分)					17:30～18:30
伊澤					
19:15～20:15 もも原ヨガティス (80分)					19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分)
伊澤					秋山
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)					21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分)
未定					未定