

仙台店【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 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (60分)		10:30～11:30 ホットピラティス (60分)	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (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 青中美人ヨガ (60分)
武田	鶴川		鶴川	鶴川	武田		武田
12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分)		12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	12:15～13:15 青中美人ヨガ (60分)	12:15～13:15 ホットピラティス (60分)		12:15～13:15 トレビューティー ヨガ(60分)
大井	鈴木		武田	武田	鶴川		鶴川
14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 もも肩ヨガティス (60分)		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (60分)	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (60分)		14:00～15:00 免疫セラピーヨガ (60分)
武田	鶴川		鶴川	大井	武田		武田
				15:45～16:45 もも肩ヨガティス (60分)	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (60分)		
				鶴川	鶴川		
17:30～18:15 BEAT CORE HIIT (45分)		17:30～18:30 トレビューティー ヨガ(60分)	17:30～18:30 スタンダード60 (60分)	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ (60分)			17:30～18:30 スタンダード60 (60分)
鈴木		鶴川	大井	武田			大井
19:15～20:15 スタンダード60 (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 スタンダード60 (60分)	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)				19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (60分)
大井	武田	大井	武田				鶴川
21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (60分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)	21:00～22:00 ホットピラティス (60分)	21:00～22:00 青中美人ヨガ (60分)				21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分)
鈴木	大井	鶴川	武田				鶴川

定休日

仙台店【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)		10:30～11:15 BEAT CORE HIIT (45分)	10:30～11:30 ホットピラティス (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (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)
武田		鈴木	鶴川	大井		大井	武田
12:15～13:15 スタンダード60 (60分)		12:15～13:15 子宮温活ヨガ (60分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX		12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	12:15～13:15 トレビューティー ヨガ(60分)
大井		鶴川	大井	鈴木		武田	鶴川
		14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	14:00～15:00 トレビューティー ヨガ(60分)	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)		14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	14:00～15:00 青中美人ヨガ (60分)
		鈴木	鶴川	大井		大井	武田
			15:45～16:45	15:45～16:30			
			リンパデトックスヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)			
			武田	鈴木			
17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST	17:30～18:30 もも肩ヨガティス (60分)	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)			17:30～18:30 トレビューティー ヨガ(60分)	
鈴木	鶴川	武田	武田			鶴川	
19:15～20:15 子宮温活ヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	19:15～20:15 青中美人ヨガ (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 ホットピラティス (60分)
鶴川	大井	武田				武田	鶴川
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 (60分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)				21:00～22:00 もも肩ヨガティス (60分)	21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)
鈴木	武田	大井				鶴川	鈴木

定休日

仙台店【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 もも尻ヨガティス (60分)	10:30~11:30 肩コリラックスヨガ (60分)	10:30~11:30 はじめのバーヨガ (全員標準定)(60分)		10:30~11:30 お腹引き締めヨガ (60分)	10:30~11:30 子宮温活ヨガ (60分)	
	細川	鈴木	武田		鈴木	細川	
	12:15~13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	12:15~13:15 青中美人ヨガ (60分)	12:15~13:15 みるみる変わる 姿勢ヒラティス (60分)		12:15~13:15 もも尻ヨガティス (60分)	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	
	鈴木	武田	鈴木		細川	鈴木	
	14:00~15:00 壁トレビューティー ヨガ(60分)	14:00~15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	14:00~15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)		14:00~15:00 腰活ヨガ ver.2 (60分)		
	細川	鈴木	岡田		鈴木		
		15:45~16:45 ホットヒラティス (60分)	15:45~16:45 スタンダード60 (60分)				
		細川	細川				
17:30~18:30	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ (60分)	17:30~18:30 スリムアッププレス (60分)	17:30~18:30 免疫セラピーヨガ (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 スタンダード60 (60分)	17:30~18:30 もも尻ヨガティス (60分)
武田	岡田	武田			岡田	武田	細川
19:15~20:15 セルトル美脚ヨガ (60分)	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)				19:15~20:15 リンパデトックスヨガ (60分)	19:15~20:15 スリムアッププレス (60分)	19:15~20:15 青中美人ヨガ (60分)
細川	鈴木				武田	岡田	武田
21:00~22:00	21:00~22:00 花粉症ストレッチヨガ (60分)	21:00~22:00 小顎リラクシティス (60分)			21:00~22:00 オトナのための オールインワニガ (60分)	21:00~22:00 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)
武田	岡田				岡田	岡田	細川

仙台店【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 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	10:30~11:30 セルトル美劇ヨガ (60分)	10:30~11:15 BEAT CORE HIT (45分)		10:30~11:30 免疫セラピーヨガ (60分)	10:30~11:30 もも房ヨガティス (60分)
岡田	細川	鈴木		武田	細川
12:15~13:15 免疫セラピーヨガ (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 リンパデトックスヨガ (60分)		12:15~13:15 ホットピラティス (60分)	12:15~13:15 背中美人ヨガ (60分)
武田	岡田	岡田		細川	武田
14:00~15:00 スリムアッププレス (60分)	14:00~15:00 スタンダード80 (60分)	14:00~15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (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 腹トレヒューティー ヨガ(60分)
岡田	武田	鈴木		岡田	細川
	15:45~16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	15:45~16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)		15:45~16:45 子宮温活ヨガ (60分)	
	岡田	岡田		細川	
17:30~18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	17:30~18:30 はじめてのパワーヨガ (会員権認定)(60分)			17:30~18:30 スリムアッププレス (60分)	
鈴木	武田			岡田	
19:15~20:00 スタンダード80 (60分)					19:15~20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)
武田					鈴木
21:00~22:00 お腹引き締めヨガ (60分)					21:00~22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)
鈴木					岡田