

仙台店【5月1日～5月8日スケジュール】

05/01 木	05/02 金	05/03 土	05/04 日	05/05 月	05/06 火	05/07 水	05/08 木
		10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (60分)	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 スタンダード60 (60分)		10:30～11:30 ホットピラティス (60分)	10:30～11:30 リンパドレナージュヨガ (60分)
	鈴木	武田	細川		細川	武田	
	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 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)		12:15～13:15 花粉症ドレナージュヨガ (60分)	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分)	
	岡田	岡田	武田		武田	鈴木	
	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (60分)		14:00～14:45 BEAT CORE HIIT (45分)		
	鈴木	鈴木	細川		鈴木		
		15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	15:45～16:45 金身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)		15:45～16:45 スタンダード60 (60分)		
		岡田	岡田		武田		
17:30～18:30 青中熟人ヨガ (60分)	17:30～18:30 もも尻ヨガティス (60分)	17:30～18:30 黒活ヨガ ver.2 (60分)			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	17:30～18:30 スタンダード60 (60分)	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)
武田	細川	鈴木			鈴木	細川	岡田
19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)				19:15～20:15 スリムアップブレス (60分)	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)
岡田	岡田				岡田	細川	
21:00～22:00 免疫セラピーヨガ (60分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)				21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分)	21:00～22:00 もも尻ヨガティス (60分)	
武田	細川				細川	細川	

定休日

仙台店【5月9日～5月16日スケジュール】

05/09 金	05/10 土	05/11 日	05/12 月	05/13 火	05/14 水	05/15 木	05/16 金
		10:30～11:30 Beet Drum Diet 3.0 (45分)	10:30～11:30 小顎リフトピラティス (60分)		10:30～11:30 スタンダード60 (60分)		10:30～11:30 黒トレビューティー ヨガ(60分)
武田	岡田	岡田		武田		細川	
	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ (60分)	12:15～13:25 Mother's Day Yoga (70分)	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (全員様限定) (60分)		12:15～13:15 子宮温活ヨガ (60分)		12:15～13:15 もも尻ヨガティス (60分)
武田	細川	武田	武田		細川		細川
	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUIT DIET (60分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (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 ホットピラティス (60分)		
鈴木	武田	岡田		細川			
	15:45～16:45 もも尻ヨガティス (60分)	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分)					
	細川	武田					
17:30～18:30 ホットピラティス (60分)	17:30～18:30 青中熟人ヨガ (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)	
細川	武田				岡田	岡田	
19:15～20:15 黒トレビューティー ヨガ(60分)					19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (全員様限定) (60分)	19:15～20:15 もも尻ヨガティス (60分)	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (60分)
細川					武田	細川	細川
21:00～21:45 BEAT CORE HIIT (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 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)
鈴木					岡田	岡田	岡田

全店研修
定休日

仙台店【5月17日～5月24日スケジュール】

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30~11:30 スタンダード80 (60分)	10:30~11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)		10:30~11:30 小顎リフピラティス (60分)	10:30~11:30 スリムアッププレス (60分)		10:30~11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	10:30~11:15 BEAT CORE HIT (45分)
未定	岡田		岡田	岡田		鈴木	鈴木
12:15~13:15 子宮温活ヨガ (60分)	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (60分)	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		12:15~13:15 スタンダード80 (60分)	12:15~13:15 小顎リフピラティス (60分)
細川	鈴木		鈴木	鈴木		本田	岡田
14:00~15:00 お腹引き締めヨガ (60分)	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (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 脚トレビューティー ヨガ(60分)		14:00~15:30 アドバンス80 (会員様限定)(90分)	14:00~15:00 スタンダード80 (60分)
鈴木	岡田		岡田	細川		鈴木	本田
15:45~16:45 ホットピラティス (60分)	15:45~16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)						15:45~16:45 リンパデトックスヨガ (60分)
細川	鈴木						岡田
17:30~18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)			17:30~18:30 スタンダード80 (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 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	17:30~18:30 スタンダード80 (60分)
鈴木			細川		岡田	岡田	本田
			19:15~20:15 肩コリラックスヨガ (60分)	19:15~20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	19:15~20:15 眠れる体に整えるヨガ (60分)	19:15~20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	
			鈴木	岡田	細川	岡田	
			21:00~22:00 ホットピラティス (60分)	21:00~22:00 スタンダード80 (60分)	21:00~22:00 スリムアッププレス (60分)	21:00~22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分)	21:00~22:00
			細川	本田	岡田	細川	

仙台店【5月25日～5月31日スケジュール】

05/25 日	05/26 月	05/27 火	05/28 水	05/29 木	05/30 金	05/31 土
10:30~11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分)	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 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)			10:30~11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分)	10:30~11:30 ホットピラティス (60分)
細川	岡田	岡田	岡田		細川	細川
12:15~13:15 スタンダード60 (60分)	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)			12:15~13:00 Best Drum Diet 3.0 (45分)	12:15~13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)
本田	本田	細川			岡田	鈴木
14:00~15:00 もも尻ヨガティス (60分)	14:00~15:00 小顎リフトピラティス (60分)				14:00~15:00 もも尻ヨガティス (60分)	14:00~15:00 セルトル・美脚ヨガ (60分)
細川	岡田				細川	細川
15:45~16:45 スタンダード60 (60分)						15:45~16:45 スタンダード60 (60分)
本田						本田
	17:30~18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分)	17:30~18:30 お腹引き締めヨガ (60分)	17:30~18:30 小顎リフトピラティス (60分)	17:30~18:30 スタンダード60 (60分)	17:30~18:30 スタンダード60 (60分)	17:30~18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)
	細川	鈴木	岡田	本田		岡田
	19:15~20:15 スタンダード60 (60分)	19:15~20:15 ホットピラティス (60分)	19:15~20:15 スタンダード60 (60分)	19:15~20:15 小顎リフトピラティス (60分)	19:15~20:15 スタンダード60 (60分)	
	本田	細川	本田	岡田		
	21:00~22:00 セルトル・美脚ヨガ (60分)	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (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)	21:00~22:00 スタンダード60 (60分)	
	細川	鈴木	岡田	本田		