

**仙台店【5月1日～5月8日スケジュール】**

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30	10:30～11:30	10:30～11:30	定休日	10:30～11:30	10:30～11:30	
	お腹引き締めヨガ (80分)	はじめての、バクヨガ (会員権限定)(80分)	スタンダード80 (80分)		ホットピラティス (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	
	鈴木	武田	細川		細川	武田	
	12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15	
	オトナのための オールインワンヨガ (80分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分)	誰でも身体をつくる ダイニートヨガ (80分)		花粉症スキリヨガ (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)	
	岡田	岡田	武田		武田	鈴木	
	14:00～15:00	14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～14:45		
	みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	子宮温活ヨガ (80分)		BEAT CORE HIIT (45分)		
	鈴木	鈴木	細川		鈴木		
		15:45～16:45	15:45～16:45		15:45～16:45		
		Sound Feel Yoga ver.2(80分)	金身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)		スタンダード80 (80分)		
		岡田	岡田		武田		
17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30			17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30
背中美人ヨガ (80分)	もも尻ヨガティス (80分)	腸活ヨガ ver.2 (80分)			アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	スタンダード80 (80分)	Sound Feel Yoga ver.2(80分)
武田	細川	鈴木			鈴木	細川	岡田
19:15～20:15	19:15～20:00					19:15～20:15	19:15～20:15
金身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)					スリムアッププレス (80分)	スタンダード80 (80分)
岡田	岡田					岡田	細川
21:00～22:00	21:00～22:00					21:00～22:00	21:00～22:00
免疫セラピーヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)				子宮温活ヨガ (80分)	もも尻ヨガティス (80分)	
武田	細川				細川	細川	

**仙台店【5月9日～5月16日スケジュール】**

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30～11:30	10:30～11:15	10:30～11:30	定休日	全店研修	10:30～11:30		10:30～11:30	
スタンダード80 (80分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	小顔リフトピラティス (80分)			スタンダード80 (80分)		腫トレビューティー ヨガ(80分)	
武田	岡田	岡田			武田		細川	
12:15～13:15	12:15～13:25	12:15～13:15			12:15～13:15		12:15～13:15	
免疫セラピーヨガ (80分)	Mother's Day Yoga (70分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)			子宮温活ヨガ (80分)		もも原ヨガティス (80分)	
武田	細川	武田			細川		細川	
14:00～15:00	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)	リンパデトックスヨガ (80分)	オトナのための オールインワンヨガ (80分)			ホットピラティス (80分)			
鈴木	武田	岡田			細川			
	15:45～16:45	15:45～16:45						
	もも原ヨガティス (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)						
	細川	武田						
17:30～18:30	17:30～18:30						17:30～18:30	17:30～18:30
ホットピラティス (80分)	育中美人ヨガ (80分)						オトナのための オールインワンヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)
細川	武田						岡田	岡田
19:15～20:15							19:15～20:15	19:15～20:15
腫トレビューティー ヨガ(80分)					はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	もも原ヨガティス (80分)	セルトル美顔ヨガ (80分)	
細川					武田	細川	細川	
21:00～21:45					21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	
BEAT CORE HIT (45分)					痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分)	全身とどのう 腰たまんまヨガ (80分)	
鈴木					岡田	岡田	岡田	

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	10:30～11:30	定休日	10:30～11:30	10:30～11:30		10:30～11:30	10:30～11:15
スタンダード80 (80分)	Sound Feel Yoga ver.2(80分)		小顔リフトピラティス (80分)	スリムアッププレス (80分)		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	BEAT CORE HIT (45分)
未定	岡田		岡田	岡田		鈴木	鈴木
12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15
子宮温活ヨガ (80分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)		お腹引き締めヨガ (80分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)		スタンダード80 (80分)	小顔リフトピラティス (80分)
細川	鈴木		鈴木	鈴木		本田	岡田
14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:30	14:00～15:00
お腹引き締めヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)		オトナのための オールインワンヨガ (80分)	腫トレビューティー ヨガ(80分)		アドバンス80 (会員様限定)(90分)	スタンダード80 (80分)
鈴木	岡田		岡田	細川		鈴木	本田
15:45～16:45	15:45～16:45						15:45～16:45
ホットピラティス (80分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)						リンパデトックスヨガ (80分)
細川	鈴木						岡田
17:30～18:30			17:30～18:30		17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)			スタンダード80 (80分)		全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分)	Sound Feel Yoga ver.2(80分)	スタンダード80 (80分)
鈴木			細川		岡田	岡田	本田
			19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	
			肩コリリラックスヨガ (80分)	全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分)	眠れる体に整えるヨガ (80分)	オトナのための オールインワンヨガ (80分)	
			鈴木	岡田	細川	岡田	
			21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	
			ホットピラティス (80分)	スタンダード80 (80分)	スリムアッププレス (80分)	眠れる体に整えるヨガ (80分)	
			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	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30	定休日	10:30～11:30	10:30～11:30		10:30～11:30	10:30～11:30
眠れる体に整えるヨガ (80分)		痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分)		眠れる体に整えるヨガ (80分)	ホットピラティス (80分)
細川		岡田	岡田		細川	細川
12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:00	12:15～13:15
スタンダード80 (80分)		スタンダード80 (80分)	子宮温活ヨガ (80分)		Beat Drum Diet 3.0 (45分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)
本田		本田	細川		岡田	鈴木
14:00～15:00		14:00～15:00			14:00～15:00	14:00～15:00
もも尻ヨガティス (80分)		小顔リフトピラティス (80分)			もも尻ヨガティス (80分)	セルトル 美脚ヨガ (80分)
細川		岡田			細川	細川
15:45～16:45						15:45～16:45
スタンダード80 (80分)						スタンダード80 (80分)
本田						本田
		17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30
		眠れる体に整えるヨガ (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)	小顔リフトピラティス (80分)	スタンダード80 (80分)	全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分)
		細川	鈴木	岡田	本田	岡田
		19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	
		スタンダード80 (80分)	ホットピラティス (80分)	スタンダード80 (80分)	小顔リフトピラティス (80分)	
		本田	細川	本田	岡田	
		21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	
		セルトル 美脚ヨガ (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)	スタンダード80 (80分)	
		細川	鈴木	岡田	本田	