

## 水戸店【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 スタンダード60 (60分)	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 (会員様限定)(60分)	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分)		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)
川西	富田		高橋	石田	石田		川西
12:15～13:00 ピラティス ブードゥーヨガ (45分)	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)		12:15～13:15 子宮温活ヨガ (60分)	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	12:15～13:15 エアロピヨガ (60分)		12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス (60分)
高橋	富田		富田	富田	富田		石田
14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分)	14:00～15:00 ホットピラティス (60分)		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	13:45～14:45 花粉症スッキリヨガ (60分)	14:00～15:00 スリムアッププレス (60分)		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分)
高橋	川西		高橋	石田	石田		川西
				15:15～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		
				高橋	富田		
				17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)			
				富田			
17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)		17:30～18:30 子宮温活ヨガ (60分)	17:30～18:30 スタンダード60 (60分)				17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分)
Maaya		富田	石田				石田
19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)	18:45～20:15 アドバンス90 (会員様限定)(90分)	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)				19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分)
Maaya	高橋	富田	石田				高橋
21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	21:00～22:00 スリムアッププレス (60分)	21:00～22:00 ホットピラティス (60分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)				21:00～21:45 ピラティス ブードゥーヨガ (45分)
富田	石田	川西	川西				高橋

定休日

## 水戸店【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 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)		10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (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 お腹引き締めヨガ (60分)		10:30～11:30 エアロピヨガ (60分)	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)
高橋		石田	富田	富田		富田	高橋
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 DEEP FOREST (60分)	12:15～13:15 スリムアッププレス (60分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)
富田		高橋	石田	石田		川西	石田
		14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	14:00～14:45 ピラティス ブードゥーヨガ (45分)		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:30 EXパワーヨガ (会員様限定)(90分)
		石田	石田	高橋		川西	川西
			15:45～16:45 エアロピヨガ (60分)	15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)			
			富田	富田			
			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)				
			川西				
17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス (60分)	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (60分)	17:30～18:15 ピラティス ブードゥーヨガ (45分)				17:30～18:30 もも尻ヨガティス (60分)	
石田	高橋	高橋				高橋	
19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	19:15～20:15 もも尻ヨガティス (60分)	19:15～20:15 子宮温活ヨガ (60分)				19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス (60分)	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)
石田	高橋	富田				富田	石田
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	21:00～22:00 エアロピヨガ (60分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)				21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分)
石田	富田	富田				高橋	富田

定休日

## 水戸店【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 (60分)	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (60分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (60分)	
	高橋	富田	高橋		高橋	富田	
	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分)	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分)	12:15～13:15 もも尻ヨガティス (60分)		12:15～13:15 子宮温活ヨガ (60分)	12:15～13:15 スリムアッププレス (60分)	
	富田	高橋	高橋		富田	石田	
	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	14:00～14:45 ピラティス ブートキャンプ (45分)	14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (60分)		14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)		
	富田	高橋	石田		高橋		
		15:45～16:45 美ボディブロー ピラティス (60分)	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分)				
		Maaya	石田				
		17:30～18:30 スタンダード60 (60分)					
		富田					
17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分)			17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (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 エアロビヨガ (60分)	
石田	石田			石田	高橋	富田	
19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分)	19:15～20:45 アドバンス90 (会員様限定)(90分)			19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	
富田	高橋			石田	石田	惟任	
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	21:15～22:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)			21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	21:00～22:00 もも尻ヨガティス (60分)	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分)	
富田	石田			富田	高橋	富田	

定休日

## 水戸店【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 ホットピラティス (60分)	10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分)		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)
Maaya	石田	高橋		森内	堀本
12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分)
Maaya	石田	富田		石川	堀本
14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	14:00～15:00 もも尻ヨガティス (60分)	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分)		14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (60分)
石田	高橋	高橋		Maaya	富田
	15:45～16:45 スリムアッププレス (60分)	15:45～16:45 エアロビヨガ (60分)		15:45～16:45 スタンダード60 (60分)	
	Maaya	富田		石川	
	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)			17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	
	高橋			森内	
17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)					
富田					
19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)				19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	
富田				富田	
21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)				21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	
石田				石田	

定休日