

宮崎店【4月1日～4月8日スケジュール】

04/01 火	04/02 水	04/03 木	04/04 金	04/05 土	04/06 日	04/07 月	04/08 火
10:30～11:30 小顎リフビラティス (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 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	10:30～11:30 もも肩ヨガ(60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (60分)
内田	大垣		大垣	川合	川合		大垣
12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)		12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	12:15～13:15 オトナのために オールインヨガ (60分)	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ヨガ(60分)		12:15～13:15 子宮温活ヨガ (60分)
川合	飯島		大垣	大垣	飯島		飯島
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 背中奥人ヨガ (60分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分)		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)
内田	大垣		飯島	内田	川合		大垣
				15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	15:45～16:45 子宮温活ヨガ (60分)		
				大垣	飯島		
				17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	内田		
17:30～18:30 ホットビラティス (60分)		17:30～18:30 スタンダード60 (60分)	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT (45分)				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)
大垣		飯島	内田				川合
19:15～20:15 子宮温活ヨガ (60分)	19:00～20:30 アドバンス90 (会員様限定)(90分)	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ (60分)	19:15～20:15 美ボディフロー ビラティス (60分)				19:15～20:00 BEAT CORE HIIT (45分)
飯島	川合	大垣	飯島				内田
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (60分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)				21:00～22:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)
大垣	内田	飯島	内田				川合

定休日

宮崎店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09 水	4/10 木	04/11 金	04/12 土	04/13 日	04/14 月	04/15 火	04/16 水
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)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	10:30～11:30 スリムアッププレス (60分)
川合		内田	大垣	内田		川合	内田
12:15～13:15 スリムアッププレス (60分)		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (60分)	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (60分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)
内田		飯島	飯島	大垣		内田	大垣
		14:00～15:00 美ボディフロー ビラティス (60分)	14:00～15:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	14:00～15:00 はじめのパワーヨガ (会員様限定)(60分)		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分)	14:00～15:00 小顎リフビラティス (60分)
		飯島	川合	大垣		川合	内田
			15:45～16:45 ホットビラティス (60分)	15:45～16:45 スタンダード60 (60分)			
			大垣	内田			
			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)			
			川合				
17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	17:30～18:30 小顎リフビラティス (60分)	17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)				17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ヨガ(60分)	
大垣	内田	川合				飯島	
19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	19:15～20:15 ホットビラティス (60分)	19:15～20:15 オトナのために オールインヨガ (60分)				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)
飯島	飯島	大垣				大垣	川合
21:00～22:00 背中奥人ヨガ (60分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)	21:00～22:00 花粉症スッキリヨガ (60分)				21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)
飯島	内田	大垣				飯島	飯島

定休日

宮崎店【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 花粉症スッキリヨガ (60分)	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (60分)	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (60分)		10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	
	大垣	大垣	飯島		大垣	内田	
	12:15～13:15 背中美人ヨガ (60分)	12:15～13:15 小顎リフビラティス (60分)	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまん毛ヨガ (60分)		12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ビラティス (60分)	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分)	
	飯島	内田	福留		飯島	川合	
	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	14:00～15:30 アドバンス80 (会員様限定) (90分)	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分)		14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)		
	飯島	川合	福留		大垣		
		16:00～17:00 リンパデトックスヨガ (60分)	15:45～16:30 BEAT CORE HIIT (45分)				
		内田	内田				
		17:30～18:30 スタンダード80 (60分)					
		飯島					
	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 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	17:30～18:30 スタンダード80 (60分)	17:30～18:30 スリムアッププレス (60分)
	川合	内田			内田	大垣	内田
	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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)
	大垣	川合			川合	飯島	内田
	21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (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80 (60分)	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (60分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)
	川合	川合			川合	大垣	川合

宮崎店【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 スタンダード80 (60分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 ホットビラティス (60分)		10:30～11:30 背中美人ヨガ (60分)	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ビラティス (60分)
内田	内田	大垣		飯島	飯島
12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分)	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 スタンダード80 (60分)		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	12:15～13:15 スリムアッププレス (60分)
大垣	大垣	飯島		大垣	内田
14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (60分)		14:00～15:00 小顎リフビラティス (60分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)
内田	飯島	飯島		内田	飯島
	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (60分)	15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分)		15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	
	飯島	大垣		大垣	
	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)			17:30～18:30 子宮温活ヨガ (60分)	
	大垣			飯島	
	17:30～18:30 子宮温活ヨガ (60分)				
	飯島				
	19:15～20:15 スタンダード80 (60分)			19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分)	
	大垣			川合	
	21:00～22:00 美ボディフロー ビラティス (60分)			21:00～22:00 花粉症スッキリヨガ (60分)	
	飯島			大垣	