

宮崎店【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 ポールでゆるめて ゆがみドリヨガ (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 スタンダード60			10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 ホットピラティス (60分)	
大堀	大堀	内田			内田	大堀	
12:15～13:15 もも房ヨガティス (60分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (60分)			12:15～13:45 アバンス90 (会員様限定)(90分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	
川合	大堀	大堀			川合	内田	
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 青中年人ヨガ (60分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)			14:30～15:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		
大堀	飯島	川合			飯島		
		15:45～16:45 スタンダード60 (60分)	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分)		16:00～17:00 子宮温活ヨガ (60分)		
		川合	内田		飯島		
		17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分)			17:30～18:30 スリムアッププレス (60分)		
		内田			内田		
17:30～18:30 スタンダード60 (60分)	17:30～18:30 エアロビヨガ (60分)				17:30～18:30 ココロカラダ リセットヨガ (60分)	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス (60分)	
川合	内田				飯島	飯島	
19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)				19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分)	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	
川合	飯島				川合	大堀	
21:00～22:00 青中年人ヨガ (60分)	21:00～22:00 小顎リフトピラティス (60分)				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	21:00～22:00 ポールでゆるめて ゆがみドリヨガ (60分)	
飯島	内田				飯島	大堀	

宮崎店【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 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	10:30～11:30 エアロビヨガ (60分)	10:30～11:30 ココロカラダ リセットヨガ (60分)		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 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)
川合	内田	飯島		内田	川合		川合
12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (60分)	12:15～13:25 Mother's Day Yoga (70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 はじめのパワーヨガ (会員様限定)(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)
飯島	飯島	大堀		大堀	飯島		黒江
14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	14:00～15:00 スリムアッププレス (60分)		14:00～15:00 小顎リフトピラティス (60分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (60分)
川合	川合	内田		内田	川合		川合
		15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス (60分)	15:45～16:45 肩コリラックスヨガ (60分)				
		飯島	大堀				
		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)					
		川合					
17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分)				17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (60分)		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分)
内田				飯島		大堀	内田
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 美姿勢アンチエイジング ヨガ(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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)
大堀				川合	大堀	大堀	川合
21:00～22:00 スタンダード60 (60分)				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)
内田				飯島	内田	内田	内田

宮崎店【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 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 大塙			10:30~11:30 ボールでやるめて ゆがみとりヨガ (60分) 大塙	10:30~11:30 もも房ヨガティス (60分) 川合		10:30~11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 武田	10:30~11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 大塙
12:15~13:15 スリムアッププレス (60分) 内田			12:15~13:15 エアロピヨガ (60分) 内田	12:15~13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 内田		12:15~13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 川合	12:15~13:15 スタンダード80 (60分) 武田
14:00~15:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 大塙			14:00~15:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 大塙			14:00~15:00 スタンダード80 (60分) 武田	14:00~15:00 ホットピラティス (60分) 大塙
15:45~16:45 小顎リフトピラティス (60分) 内田							15:45~16:45 セルトル美脚ヨガ (60分) 武田
17:30~18:30 スタンダード80 (60分) 内田							17:30~18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 川合
			17:30~18:30 スタンダード80 (60分) 内田	17:30~18:30 肩コリラックスヨガ (60分) 大塙	17:30~18:30 はじめてのバーヨガ (会員枠限定)(60分) 武田	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 川合	
			19:15~20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 川合	19:15~20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 武田	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 大塙	19:15~20:15 スリムアッププレス (60分) 内田	
			21:00~22:00 お腹引き締めヨガ (60分) 川合	21:00~22:00 スタンダード80 (60分) 大塙	21:00~22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 大塙	21:00~22:00 小顎リフトピラティス (60分) 内田	

宮崎店【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 Sound Feel Yoga ver.2(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 スリムアップブレス(60分)	10:30~11:30 スタンダード60(60分)
内田		武田	武田		内田	内田
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 眠れる体に整えるヨガ(60分)		12:15~13:15 スタンダード60(60分)	12:15~13:15 ポールで燃るめてゆがみとりヨガ(60分)
大堀		川合	大堀		内田	大堀
14:00~15:00 骨盤矯正ヨガ(60分)		14:00~15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(60分)	14:00~15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)		14:00~15:00 はじめてのパワーヨガ(会員様限定)(60分)	14:00~15:00 もも肩ヨガティス(60分)
内田		川合	武田		川合	川合
15:45~16:45 はじめてのパワーヨガ(会員様限定)(60分)						16:45~16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(60分)
大堀						大堀
						17:30~18:30 エアロピヨガ(60分)
						内田
17:30~18:30 スタンダード60(60分)			17:30~18:30 眠れる体に整えるヨガ(60分)	17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ(60分)		
武田			大堀	武田		
19:15~20:15 小顎リターナリティス(60分)	19:15~20:15 セルトル美脚ヨガ(60分)	19:00~20:30 アドバンス90(会員様限定)(60分)	19:15~20:15 脚活ヨガ ver.2(60分)			
内田	大堀	川合	武田			
21:00~22:00 エアロピヨガ(60分)	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ(60分)	21:00~22:00 ホットピラティス(60分)	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(60分)			
内田	内田	大堀	川合			