

## 町田店【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 免疫セラピーヨガ (80分)	10:30～11:30 もも尻ヨガティス (80分)		10:30～11:30 アロマリラクソスヨガ DEEP FOREST (80分)	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分)	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	定休日	10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分)
長谷部	長谷部		鈴木	長谷部	鈴木		滝川
12:15～13:45	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15
アドバンス90 (会員様限定)(90分)	花粉症スッキリヨガ (80分)		エアロビヨガ (80分)	全身とこの 寝たまんまヨガ (80分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)		スタンダード80 (80分)
与坂	長谷部		長谷部	与坂	長谷部		与坂
14:30～15:30	14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00
全身とこの 寝たまんまヨガ (80分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)		みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	ホットピラティス (80分)	アロマリラクソスヨガ HERBAL RELAX (80分)		リンパデトックスヨガ (80分)
長谷部	鈴木		鈴木	滝川	与坂		滝川
				15:45～16:45 子宮温活ヨガ (80分)	15:45～16:30 BEAT CORE HIT (45分)		
				与坂	滝川		
17:30～18:30		17:30～18:30 アロマリラクソスヨガ FRUITY DIET (80分)	17:30～18:30 肩コリラクソスヨガ (80分)	17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分)			17:30～18:30 もも尻ヨガティス (80分)
鈴木		与坂	与坂	滝川			長谷部
19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15				19:15～20:15
エアロビヨガ (80分)	肩コリラクソスヨガ (80分)	ホットピラティス (80分)	スタンダード80 (80分)				骨盤矯正ヨガ (80分)
鈴木	鈴木	滝川	滝川				齊藤
21:00～22:00 アロマリラクソスヨガ HERBAL RELAX (80分)	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)				21:00～21:45 BEAT CORE HIT (45分)
与坂	与坂	滝川	与坂				齊藤

## 町田店【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 全身とこの 寝たまんまヨガ (80分)		10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	10:30～11:30 肩コリラクソスヨガ (80分)	10:30～11:30 エアロビヨガ (80分)	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分)
与坂		長谷部	与坂	長谷部		滝川	滝川
12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15
ホットピラティス (80分)		子宮温活ヨガ (80分)	もも尻ヨガティス (80分)	アロマリラクソスヨガ DEEP FOREST (80分)		花粉症スッキリヨガ (80分)	全身とこの 寝たまんまヨガ (80分)
滝川		与坂	長谷部	与坂		長谷部	長谷部
		14:00～15:00	14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～14:45	14:00～15:00
		セルトル美脚ヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)		BEAT CORE HIT (45分)	免疫セラピーヨガ (80分)
		与坂	滝川	与坂		滝川	長谷部
			15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	15:45～16:45 全身とこの 寝たまんまヨガ (80分)			
			与坂	長谷部			
17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30			17:30～18:30	
花粉症スッキリヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	エアロビヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)			セルトル美脚ヨガ (80分)	
長谷部	与坂	鈴木	滝川			鈴木	
19:00～20:30	19:15～20:15	19:15～20:15				19:15～20:15 アロマリラクソスヨガ HERBAL RELAX (80分)	19:15～20:00 BEAT CORE HIT (45分)
鈴木	秋元	滝川				与坂	鈴木
21:00～22:00 アロマリラクソスヨガ FRUITY DIET (80分)	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)				21:00～22:00 ホットピラティス (80分)	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分)
長谷部	鈴木	鈴木				鈴木	与坂

## 町田店【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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 鈴木	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 長谷部	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 鈴木	定休日	10:30～11:30 もも原ヨガティス (80分) 長谷部	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 与坂	
	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 鈴木	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 滝川	12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 滝川		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 与坂	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 長谷部	
	14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 滝川	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 長谷部	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (80分) 長谷部		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 与坂		
		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 滝川	15:45～17:15 アドハンス80 (会員様限定) (80分) 与坂				
17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 長谷部	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (80分) 長谷部	17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (80分) 与坂			17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 滝川	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 滝川	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 与坂
19:15～20:15 免疫セラピーヨガ (80分) 長谷部	19:15～20:15 もも原ヨガティス (80分) 長谷部				19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 鈴木	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 鈴木	19:15～20:00 BEAT CORE HIT (45分) 滝川
21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 与坂	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 与坂				21:00～22:00 エアロビヨガ (80分) 鈴木	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 鈴木	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 与坂

## 町田店【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 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 鈴木	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 齊藤	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 鈴木	定休日	10:30～12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) (90分) 鈴木	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 与坂
12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 長谷部	12:15～13:15 ホットピラティス (80分) 滝川	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ (80分) 長谷部		12:45～13:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 長谷部	12:15～13:15 エアロビヨガ (80分) 鈴木
14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 鈴木	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 与坂	14:00～15:00 もも原ヨガティス (80分) 長谷部		14:30～15:15 BEAT CORE HIT (45分) 滝川	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 与坂
	15:45～16:30 BEAT CORE HIT (45分) 齊藤	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 鈴木		15:45～16:45 免疫セラピーヨガ (80分) 長谷部	
17:30～18:30 ホットピラティス (80分) 滝川	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (80分) 与坂			17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 滝川	
19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 与坂					19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 滝川
21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分) 滝川					21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 長谷部