

徳島店【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 お腹引き締めヨガ (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分)		10:30～11:30 小顎リフビラティス (60分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	
	岩田	伏木	岩田		岩田	高木	
	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)		12:15～13:15 もも肩ヨガティス (60分)	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	
	高木	岩田	伏木		高木	橋	
	14:00～15:00 腸活ヨガ 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 セルトル美脚ヨガ (60分)		14:00～15:00 全身ととのう 寝たまん毛ヨガ (60分)	14:00～15:00 青中美人ヨガ (60分)	
	岩田	高木	岩田		橋	高木	
		15:45～16:45 小顎リフビラティス (60分)	15:45～16:45 スタンダード60 (60分)		15:45～16:30 ピラティス ブーリキンシング (45分)		
		岩田	伏木		高木		
		17:30～18:30 ホットピラティス (60分)			17:30～18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)		
		高木			橋		
	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 スタンダード60 (60分)				17:30～18:30 青中美人ヨガ (60分)	
	高木	伏木				高木	
	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	19:15～20:15 青中美人ヨガ (60分)				18:45～19:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	19:15～20:15 小顎リフビラティス (60分)
	岩田	高木				岩田	岩田
	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60 (60分)				20:30～22:00 EVパワーヨガ (会員様限定)(60分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)
	高木	伏木				橋	伏木

徳島店【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 スタンダード60 (60分)	10:30～11:30 ホットピラティス (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	10:30～11:30 パワーヨガ Advance (会員様限定)(60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)		10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)
	伏木	橋	伏木		小島		橋
	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (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 スタンダード60 (60分)	12:15～13:45 EVパワーヨガ (会員様限定)(60分)		12:15～13:15 スタンダード60 (60分)
	岩田	伏木	橋		小島		小島
	14:00～15:00 小顎リフビラティス (60分)	14:00～15:10 Mother's Day Yoga (70分)	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)			14:00～15:00 ダイエットヨガ (60分)
	岩田	高木	伏木		橋		橋
	15:45:16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	15:45:16:45 ダイエットヨガ (60分)					
	橋	橋					
	17:30～18:30 スタンダード60 (60分)						
	伏木						
	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまん毛ヨガ (60分)						
	橋						
	19:15～20:00 ピラティス ブーリキンシング (45分)						
	高木						
	21:00～22:00 花粉症スッキリヨガ (60分)						
	橋						
	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (60分)			
	高木	岩田	高木	岩田			
	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	19:15～20:15 はじめのパワーヨガ (会員様限定)(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 HERBAL RELAX (60分)	19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	19:15～20:15 小顎リフビラティス (60分)
	岩田	伏木	高木	伏木	高木	伏木	岩田
	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 (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)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)	21:00～22:00 小顎リフビラティス (60分)	
	高木	岩田	岩田	伏木	伏木	岩田	

徳島店【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
10:30～11:15 BEAT CORE HIIT (45分)			10:30～11:30 眠れる体に整えるヨガ (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 オーナーのための オールインワンヨガ (60分)
高木			橋	伏木		岩田	岩田
12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分)			12:15～13:15 ダイエットヨガ (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 リンパデトックスヨガ (60分)
岩田			橋	橋		小島	高木
14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)			14:00～15:00 スタンダード60 (60分)			14:00～15:00 小顎リフトピラティス (60分)	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)
高木			小島			岩田	岩田
15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (60分)							15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)
岩田							橋
17:30～18:30 スタンダード60 (60分)							17:30～18:30 もも尻ヨガティス (60分)
伏木							高木
							19:00～20:00 特別レッスン
							橋
			17:30～18:30 スタンダード60 (60分)	17:30～18:30 もも尻ヨガティス (60分)	17:30～18:30 オーナーのための オールインワンヨガ (60分)	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT (45分)	
			伏木	高木	岩田	高木	
			19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	
			高木	小島	岩田	伏木	
			21:00～21:45 ピラティス ブーストキャンプ (45分)	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 (60分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)	21:00～22:00 ホットピラティス (60分)	
			高木	岩田	小島	高木	

全店研修

定休日

徳島店【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 眠れる体に整えるヨガ (60分)		10:30～11:30 青中美人ヨガ (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)		10:30～11:30 小顎リフトピラティス (60分)	10:30～11:30 もも尻ヨガティス (60分)
橋		高木	伏木		岩田	高木
12:15～13:15 ホットピラティス (60分)		12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	12:15～13:00 ピラティス ブーストキャンプ (45分)		12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	12:15～13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分)
高木		小島	高木		小島	橋
14:00～15:00 全員とのう 整たまんヨガ (60分)		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (60分)	14:00～15:00 オーナーのための オールインワンヨガ (60分)
橋		高木	高木		岩田	岩田
15:45～16:45 青中美人ヨガ (60分)						15:45～16:30 BEAT CORE HIIT (45分)
高木						高木
						17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分)
						岩田
						19:00～20:00 特別レッスン
						橋
		17:30～18:30 パワーヨガ Advance (会員様限定)(60分)		17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分)	17:30～18:30 スタンダード60 (60分)	
		橋		岩田	伏木	
		19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	19:15～20:15 はじめのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	
		伏木	岩田	伏木	高木	
		21:00～22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	
		橋	小島	岩田	高木	

定休日