

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 (80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 (80分)	定休日	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80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 (80分)	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分)	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)		12:15～13:15 もも尻ヨガティス (80分)	12:15～13:15 花粉症スクリヨガ (80分)	
	高木	岩田	伏木		高木	橋	
	14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 (80分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分)		14:00～15:00 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分)	14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分)	
	岩田	高木	岩田		橋	高木	
		15:45:16:45 小顔リフトピラティス (80分)	15:45:16:45 スタンダード80 (80分)		15:45:16:30 ピラティス ブートキャンプ (45分)		
		岩田	伏木		高木		
		17:30～18:30 ホットピラティス (80分)			17:30～18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)		
		高木			橋		
17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	17:30～18:30 スタンダード80 (80分)						17:30～18:30 背中美人ヨガ (80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 (80分)	19:15～20:15 背中美人ヨガ (80分)					18:45～19:45 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	19:15～20:15 小顔リフトピラティス (80分)
岩田	高木					岩田	岩田
21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)					20:30～22:00 EX/パワーヨガ (会員様限定)(80分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80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80 (80分)	10:30～11:30 ホットピラティス (80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	定休日	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)		10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)
伏木	橋	伏木		橋	小島		橋
12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分)	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:15 花粉症スクリヨガ (80分)		12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:45 EX/パワーヨガ (会員様限定)(80分)		12:15～13:15 スタンダード80 (80分)
岩田	伏木	橋		小島	橋		小島
14:00～15:00 小顔リフトピラティス (80分)	14:00～15:10 Mother's Day Yoga (70分)	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)		14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)			14:00～15:00 ダイエットヨガ (80分)
岩田	高木	伏木		橋			橋
	15:45:16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分)	15:45:16:45 ダイエットヨガ (80分)					
	橋	橋					
	17:30～18:30 スタンダード80 (80分)						
	伏木						
17:30～18:30 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分)				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分)	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分)	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分)
橋				高木	岩田	高木	岩田
19:15～20:00 ピラティス ブートキャンプ (45分)				19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分)	19:15～20:15 スタンダード80 (80分)	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	19:15～20:15 スタンダード80 (80分)
高木				岩田	伏木	高木	小島
21:00～22:00 花粉症スクリヨガ (80分)				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 (80分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)	21:00～22:00 小顔リフトピラティス (80分)
橋				高木	岩田	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	全店 研 修	定 休 日	10:30～11:30	10:30～11:30		10:30～11:30	10:30～11:30
BEAT CORE HIT (45分)			眠れる体に整えるヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)		お腹引き締めヨガ (80分)	オトナのための オールインワンヨガ (80分)
高木			橋	伏木		岩田	岩田
12:15～13:15			12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15
腸活ヨガ ver.2 (80分)			ダイエットヨガ (80分)	眠れる体に整えるヨガ (80分)		スタンダード80 (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)
岩田			橋	橋		小島	高木
14:00～15:00			14:00～15:00			14:00～15:00	14:00～15:00
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)			スタンダード80 (80分)			小顔リフトピラティス (80分)	Sound Feel Yoga ver.2 (80分)
高木			小島			岩田	岩田
15:45:16:45							15:45:16:45
お腹引き締めヨガ (80分)							アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)
岩田							橋
17:30～18:30							17:30～18:30
スタンダード80 (80分)							もも尻ヨガティス (80分)
伏木							高木
							19:00～20:00
							特別レッスン
							橋
			17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:15	
			スタンダード80 (80分)	もも尻ヨガティス (80分)	オトナのための オールインワンヨガ (80分)	BEAT CORE HIT (45分)	
			伏木	高木	岩田	高木	
			19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	
			リンパデトックスヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	セルトル美脚ヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	
			高木	小島	岩田	伏木	
			21:00～21:45	21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	
			ピラティス ブートキャンプ (45分)	腸活ヨガ ver.2 (80分)	スタンダード80 (80分)	ホットピラティス (80分)	
			高木	岩田	小島	高木	

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	定 休 日	10:30～11:30	10:30～11:30		10:30～11:30	10:30～11:30
眠れる体に整えるヨガ (80分)		背中美人ヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)		小顔リフトピラティス (80分)	もも尻ヨガティス (80分)
橋		高木	伏木		岩田	高木
12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:00		12:15～13:15	12:15～13:15
ホットピラティス (80分)		スタンダード80 (80分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)		スタンダード80 (80分)	眠れる体に整えるヨガ (80分)
高木		小島	高木		小島	橋
14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00
全身ととう 愛たまんまヨガ (80分)		リンパデトックスヨガ (80分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)		セルトル美脚ヨガ (80分)	オトナのための オールインワンヨガ (80分)
橋		高木	高木		岩田	岩田
15:45:16:45						15:45:16:30
背中美人ヨガ (80分)						BEAT CORE HIT (45分)
高木						高木
						17:30～18:30
						腸活ヨガ ver.2 (80分)
						岩田
						19:00～20:00
						特別レッスン
						橋
		17:30～18:30		17:30～18:30	17:30～18:30	
		パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)		腸活ヨガ ver.2 (80分)	スタンダード80 (80分)	
		橋		岩田	伏木	
		19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	
		スタンダード80 (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	
		伏木	岩田	伏木	高木	
		21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	
		眠れる体に整えるヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	
		橋	小島	岩田	高木	