

## 徳島店【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 スタンダード60 (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 小顎リフビラティス (60分)	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (60分)	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分)		10:30～11:30 美ボディフロー ビラティス (60分)
伏木	高木		岩田	岩田	橋		橋
12:15～13:00 BEAT CORE HIIT (45分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)		12:15～13:15 美ボディフロー ビラティス (60分)	12:15～13:15 スタンダード60 (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 リンパデトックスヨガ (60分)
高木	伏木				伏木	高木	高木
14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)		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 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	14:00～15:00 ホットビラティス (60分)		14:00～15:00 全身とのう 寝たまんまヨガ (60分)
伏木	高木		岩田	岩田	橋		橋
				15:45～16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		
					高木	高木	
				17:30～18:30 スタンダード60 (60分)			
					伏木		
17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)		17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)				17:30～18:30 小顎リフビラティス (60分)
橋		岩田	高木				岩田
19:15～20:15 ホットビラティス (60分)	19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	19:15～20:15 もも肩ヨガティス (60分)				19:15～20:15 スタンダード60 (60分)
高木	橋	伏木	高木				伏木
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	21:00～22:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	21:00～22:00 スタンダード60 (60分)				21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (60分)
橋	岩田	岩田	伏木				岩田

定休日

## 徳島店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09 水	04/10 木	04/11 金	04/12 土	04/13 日	04/14 月	04/15 火	04/16 水
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 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 美ボディフロー ビラティス (60分)		10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)	10:30～11:30 ホットビラティス (60分)
岩田		高木	伏木	橋		橋	橋
12:15～13:45 アバパンス60 (会員様限定) (60分)		12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	岩田	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)
橋		伏木	岩田	岩田		岩田	伏木
		14:00～15:00 青中美人ヨガ (60分)	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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (60分)
		高木	伏木	橋		橋	橋
				15:45～16:45 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (60分)		
				岩田	岩田		
				17:30～18:30 ホットビラティス (60分)			
				高木			
17:30～18:30 スタンダード60 (60分)	17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	17:30～18:30 金身とのう 寝たまんまヨガ (60分)				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)	
伏木	高木	橋				高木	
19:15～20:15 もも肩ヨガティス (60分)	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (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 青中美人ヨガ (60分)
高木	橋	岩田				伏木	高木
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)	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)				21:00～21:45 BEAT CORE HIIT (45分)	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分)
高木	伏木	橋				高木	岩田

定休日

## 徳島店【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 青中成人ヨガ (60分)	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	
	高木	橋	高木		岩田	伏木	
	12:15～13:15 小顎リフトピラティス (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 花粉症スッキリヨガ (60分)		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定)(90分)	
	岩田	高木	橋		高木	橋	
	14:00～15:00 もも尻ヨガティス (60分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)		14:00～15:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)		
			橋		岩田		
		15:45～16:45 スタンダード60 (60分)	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス (60分)				
		伏木	橋				
		17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)					
		岩田					
	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	17:30～18:30 スタンダード60 (60分)			17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	17:30～18:30 オナナのための オールインワンヨガ (60分)	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)
	岩田	伏木			橋	岩田	高木
	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)			19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT (45分)	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)
	伏木	橋			伏木	高木	伏木
	21:00～22:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)			21:00～22:00 ホットピラティス (60分)	21:00～22:00 小顎リフトピラティス (60分)	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (60分)
	岩田	橋			橋	岩田	岩田

定休日

## 徳島店【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 全員ヒトのう 寝たまんまヨガ (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)	10:30～11:15 Best Drum Diet 3.0 (45分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)
	橋	高木	伏木	高木	高木
	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	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 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)
	伏木	閑下	岩田	伏木	岩田
	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス (60分)	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (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 もも尻ヨガティス (60分)
	橋	閑下	伏木	岩田	高木
		15:45～16:45 スタンダード60 (60分)	15:45～16:45 小顎リフトピラティス (60分)	15:45～16:45 スタンダード60 (60分)	
		伏木	岩田	伏木	
		17:30～18:15 BEAT CORE HIIT (45分)		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (60分)	
		高木		岩田	
	17:30～18:30 スタンダード60 (60分)				
	伏木				
	19:15～20:15 青中成人ヨガ (60分)			19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分)	
	高木			岩田	
	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)			21:00～22:00 スタンダード60 (60分)	
	高木			伏木	

定休日