

自由が丘店【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 もも原ヨガティス (80分)	10:30～11:30 金身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)		10:30～12:00 アドハンス80 (会員様限定) (80分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	10:30～11:30 音響矯正ヨガ (80分)	定休日	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)
君島	齊藤		君島	齊藤	齊藤		藤田
12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)		12:45～13:45 セルトル美脚ヨガ (80分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分)	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス (80分)		12:15～13:15 金身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)
小山	齊藤		秋元	秋元	齊藤		齊藤
14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分)			14:30～15:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分)		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (80分)
君島			君島	小山	秋元		藤田
				15:45～16:30 BEAT CORE HIT (45分)	15:45～16:45 スタンダード80 (80分)		
				齊藤	小山		
17:30～18:15 BEAT CORE HIT (45分)	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分)	17:30～18:30 スタンダード80 (80分)	17:30～18:30 花粉産スッキリヨガ (80分)	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分)			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)
齊藤	秋元	小山	齊藤	秋元			鈴木
19:15～20:15 スタンダード80 (80分)	19:15～20:15 背中美人ヨガ (80分)	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ (80分)	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス (80分)				19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分)
秋元	君島	君島	齊藤				秋元
21:00～22:00 音響矯正ヨガ (80分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)				21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分)
齊藤	君島	君島	小山				鈴木

自由が丘店【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 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)		10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分)	10:30～11:30 花粉産スッキリヨガ (80分)	定休日	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分)
君島		秋元	秋元	齊藤		藤田	齊藤
12:15～13:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分)	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:15 スリムアッププレス (80分)		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (80分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)
君島		秋元	小山	君島		藤田	齊藤
14:00～15:00 スタンダード80 (80分)		14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分)	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分)	
小山		齊藤	秋元	齊藤		秋元	
			15:45～16:45 金身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	15:45～16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分)			
			君島	君島			
	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分)	17:30～18:30 スタンダード80 (80分)	17:30～18:30 もも原ヨガティス (80分)			17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	17:00～18:00 セルトル美脚ヨガ (80分)
	秋元	小山	君島				秋元
19:15～20:15 音響矯正ヨガ (80分)	19:15～20:15 スタンダード80 (80分)	19:15～20:00 BEAT CORE HIT (45分)				19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	18:45～19:45 リンパデトックスヨガ (80分)
齊藤	小山	君島				君島	秋元
21:00～22:00 金身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分)	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分)				21:00～22:00 スタンダード80 (80分)	20:30～22:00 アドハンス80 (会員様限定) (80分)
齊藤	秋元	君島				小山	君島

自由が丘店【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 スタンダード80 (80分)	10:30～11:15 BEAT CORE HIT (45分)	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	定休日	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	
	秋元	君島	君島		君島	小山	
	12:15～13:15 スリムアッププレス (80分)	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (80分)	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 美ボディフロー ピラティス (80分)	
	君島	齊藤	秋元		小山	齊藤	
	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分)	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)		14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分)	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (80分)	
	君島	齊藤	小山		君島	齊藤	
		15:45～16:45 もも尻ヨガティス (80分)	15:45～17:15 アドバンス80 (会員様限定) (80分)				
		君島	君島				
17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (80分)	17:30～18:30 スタンダード80 (80分)			17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分)	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス (80分)
君島	齊藤	小山			齊藤	秋元	齊藤
19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	19:15～20:15 スタンダード80 (80分)				19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分)	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (80分)
君島	小山				秋元	君島	齊藤
21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分)	21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分)				21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (80分)	21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)
秋元	齊藤				齊藤	君島	小山

自由が丘店【4月25日～4月30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)	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (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 背中美人ヨガ (80分)
大関	君島	齊藤		君島	大関
12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分)	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)		12:15～13:00 BEAT CORE HIT (45分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)
秋元	秋元	君島		齊藤	大関
14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	14:00～15:30 アドバンス80 (会員様限定) (80分)	14:00～15:00 もも尻ヨガティス (80分)		14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分)	
大関	君島	君島		君島	
	16:15～17:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)	15:45～16:45 スタンダード80 (80分)		15:45～16:45 スリムアッププレス (80分)	
	鈴木	小山		齊藤	
17:30～18:30 スタンダード80 (80分)	18:00～19:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分)			17:30～18:30 スタンダード80 (80分)	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分)
小山	鈴木			小山	秋元
19:15～20:15 スリムアッププレス (80分)					19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)
齊藤					君島
21:00～22:00 青盤矯正ヨガ (80分)					21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)
齊藤					君島