

## 新前橋店【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 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	10:30～11:30 もも肩ヨガティス (60分)		10:00～11:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	10:30～11:30 はじめのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	
	宮沢	林	林		林	林	
	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分)	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス (60分)	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (60分)		11:45～13:15 Eバワーヨガ (会員様限定)(60分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	
	宮沢	堀口	鎌ヶ江		宮沢	堀口	
	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 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 骨中美人ヨガ (60分)		14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)		
	鎌ヶ江	鎌ヶ江	鎌ヶ江		林		
		15:45～16:45 DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MIX～ (60分)	15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)		15:45～16:45 ホットピラティス (60分)		
		林	林		堀口		
17:30～18:30 はじめのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	17:30～18:30 スタンダード60 (60分)	17:30～18:30 腹トレビューティー <sup>Yoga</sup> (60分)			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 FRUITY DIET (60分)
宮沢	堀口	鎌ヶ江			堀口	宮沢	宮沢
19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)	19:15～20:15 骨中美人ヨガ (60分)				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分)	19:15～20:15 鎌ヶ江
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス (60分)				21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (60分)	21:00～22:00 ホットピラティス (60分)	21:00～22:00 宮沢
宮沢	堀口						鎌ヶ江

定休日

## 新前橋店【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 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス (60分)			10:30～11:30 DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MIX～ (60分)		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (60分)
宮沢	宮沢	堀口			林		宮沢
12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	12:15～13:25 Mother's Day Yoga (70分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)			12:15～13:15 スタンダード60 (60分)		12:15～13:00 ピラティス ポートキック (45分)
林	堀口	鎌ヶ江			堀口		鎌ヶ江
14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分)	14:15～15:00 ピラティス ポートキック (45分)	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (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 DEEP FOREST (60分)
宮沢	鎌ヶ江	堀口			宮沢		宮沢
15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	15:45～16:45 腹トレビューティー <sup>Yoga</sup> (60分)	15:45～16:45 鎌ヶ江					
鎌ヶ江	鎌ヶ江						
17:30～18:30 もも肩ヨガティス (60分)	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分)				17:30～18:30 ホットピラティス (60分)	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	17:30～18:30 鎌ヶ江
林	堀口				門池		鎌ヶ江
19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (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 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス (60分)
堀口					林	宮沢	堀口
21:00～22:00 スタンダード60 (60分)					21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	21:00～22:00 骨中美人ヨガ (60分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)
堀口					鎌ヶ江	門池	堀口

全店研修  
定休日

## 新前橋店【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
10:30～11:30 青中大人ヨガ (60分)	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)		10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)		10:30～11:30 全員とのう 寝たまんまヨガ (60分)	10:30～11:30 ホットピラティス (60分)
館ヶ江	館ヶ江		館ヶ江	福山		宮沢	福山
12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	12:15～13:15 腹トレビューティー ヨガ(60分)		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	12:15～13:15 青中大人ヨガ (60分)		12:15～13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分)	12:15～13:15 全員とのう 寝たまんまヨガ (60分)
福山	館ヶ江		福山	館ヶ江		福口	宮沢
14:00～15:00 ホットピラティス (60分)	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (60分)		14:00～15:00 腹トレビューティー ヨガ(60分)			14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (60分)
福口	福口		島田			宮沢	宮沢
15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分)	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス (60分)					15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (60分)	
館ヶ江	福口						福山
17:30～18:30 スタンダード60 (60分)			17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)	17:00～18:00 眠れる体に整えるヨガ (60分)	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス (60分)	17:30～18:30 腹トレビューティー ヨガ(60分)
福口			福山	福口	福口	福口	館ヶ江
19:15～20:15 スタンダード60 (60分)		18:45～19:45 リンパデトックスヨガ (60分)	19:15～20:15 ホットピラティス (60分)	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	
島田		福口	福山	福山		福山	
21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分)		20:30～22:00 E&Pパワーヨガ (会員様限定)(60分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	21:00～22:00 福山	福山
宮沢		宮沢	宮沢	宮沢		福山	

定休日

## 新前橋店【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 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 腹トレビューティー ヨガ(60分)		10:30～11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)
館ヶ江		館ヶ江	館ヶ江		福口	宮沢
12:15～13:15 DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MDX～ (60分)		12:15～13:15 子宮温活ヨガ (60分)	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (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 ホットピラティス (60分)
林		宮沢	館ヶ江		宮沢	福山
14:00～15:00 スタンダード60 (60分)		14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分)		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分)	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)
館ヶ江		館ヶ江	宮沢		宮沢	福口
15:45～16:45 眠れる体に整えるヨガ (60分)					15:45～16:45 子宮温活ヨガ (60分)	15:45～16:45 宮沢
福口						
17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)			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 リンパデトックスヨガ (60分)	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	
福山			宮沢	福山	福山	
19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分)		19:15～20:15 眠れる体に整えるヨガ (60分)	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	19:15～20:15 DANCE MASTER PROJECT ～Rock this Party MDX～ (60分)		
福山		福口	福山	林		
21:00～22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分)		21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	21:00～22:00 全員とのう 寝たまんまヨガ (60分)	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (60分)		
福口		宮沢	宮沢	福口		

定休日