

新前橋店【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 スリムアッププレス (60分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	10:30～11:30 ■トレーニング ヨガ(60分)		10:30～11:30 オナのための オールインワンヨガ (60分)
堺口	宮沢		宮沢	堺口	林		館ヶ丘
12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分)		12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ビラティス (60分)	12:15～13:45 アドバンス90 (会員権限定)(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 もも尻ヨガティス (60分)
宮沢	宮沢		林	林	館ヶ丘		林
14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (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 エアロピヨガ (60分)	14:30～15:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	14:00～15:00 もも尻ヨガティス (60分)		14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (60分)
宮沢	館ヶ丘		林	館ヶ丘	林		館ヶ丘
				16:15～17:15 免疫セラピーヨガ (60分)	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		
				林	館ヶ丘		
17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)	17:30～18:30 青中熟人ヨガ (60分)			17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)
館ヶ丘		堺口	館ヶ丘	館ヶ丘	館ヶ丘		宮沢
19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ビラティス (60分)	19:15～20:15 美ボディフロー ビラティス	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(60分)	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 花粉症スッキリヨガ (60分)
林	堺口	宮沢	館ヶ丘				堺口
21:00～21:45 ビラティス ブートキャンプ (60分)	21:00～22:00 ■トレーニング ヨガ(60分)		21:00～22:00 スタンダード60 (60分)	21:00～22:00 ホットビラティス (60分)			21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)
館ヶ丘	館ヶ丘	堺口	堺口	堺口			宮沢

定休日

新前橋店【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 青中熟人ヨガ (60分)		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (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 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(60分)		10:30～11:30 美ボディフロー ビラティス (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)
館ヶ丘		宮沢	宮沢	宮沢		堺口	堺口
12:15～13:15 免疫セラピーヨガ (60分)		12:15～13:00 ビラティス ブートキャンプ (60分)	12:15～13:15 ■トレーニング 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 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)
林		館ヶ丘	館ヶ丘	宮沢		宮沢	堺口
		14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	14:00～15:00 ホットビラティス (60分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)		14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)
		宮沢	館ヶ丘	堺口		林	宮沢
			15:45～16:45 肩コリラックスヨガ (60分)	15:45～16:45 美ボディフロー ビラティス (60分)			
			宮沢	堺口			
17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (60分)	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	17:30～18:30 スリムアッププレス (60分)			17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	
宮沢	宮沢	堺口	堺口			堺口	
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 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)				19:15～20:15 青中熟人ヨガ (60分)	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ (60分)
宮沢	宮沢	館ヶ丘				館ヶ丘	林
21:00～22:00 美ボディフロー ビラティス (60分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)	21:00～22:00 スリムアッププレス (60分)				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	21:00～22:00 ホットビラティス (60分)
堺口	堺口	堺口				館ヶ丘	館ヶ丘

定休日

新前橋店【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 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (60分)	10:30～11:30 エアロビヨガ (60分)			
	宮沢	宮沢	林				
	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (60分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)				
	宮沢	館ヶ江	堀口				
	14:00～15:00 スリムアッププレス (60分)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	14:00～15:00 ホットピラティス (60分)				
	堀口	宮沢	堀口				
		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分)	15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)				
		堀口	林				
17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)	17:00～18:00 スタンダード60 (60分)	17:30～18:30 ホットピラティス (60分)					
館ヶ江	堀口	館ヶ江					
19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	18:45～19:45 脚トレーニング ヨガ(60分)						
宮沢	林						
21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定)(90分)						
宮沢	林						

定休日

新前橋店【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 ホットピラティス (60分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (60分)		10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	10:30～11:15 ピラティス ブーナンプ (60分)
堀口	堀口	堀口		堀口	館ヶ江
12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	12:15～13:15 もも房ヨガティス (60分)		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (60分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)
宮沢	宮沢	林		福山	館ヶ江
14:00～15:00 免疫セラピーヨガ (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 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分)	14:00～15:00 脚トレーニング ヨガ(60分)
林	宮沢	林		宮沢	林
	15:45～16:45 スリムアッププレス (60分)	15:45～16:45 スタンダード60 (60分)		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分)	
	堀口	堀口		福山	
17:30～18:15 ピラティス ブーナンプ (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)	
館ヶ江	館ヶ江			堀口	
19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)				19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	
林				堀口	
21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (60分)				21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	
館ヶ江				林	

定休日