

## NU茶屋町店【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 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (60分)		10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	10:30～11:30 青中年人ヨガ (60分)		10:30～11:30 スタンダード60 (60分)
秋山	玉川		玉川	楳	秋山		石原
12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス (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 お腹引き締めヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	花粉症スッキリヨガ (60分)		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)
富田	秋山		秋山	玉川	玉川		楳
14:00～15:00 青中年人ヨガ (60分)	14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (60分)		14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (60分)
秋山	玉川		玉川	藤田	石原		石原
				15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (60分)	15:45～16:45 スタンダード60 (60分)		
				秋山	玉川		
				17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (60分)			
				藤田			
17:30～18:30 スタンダード60 (60分)		17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	17:30～18:15 ピラティス ブーストキャンプ (45分)				17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)
石原		玉川	藤田				玉川
19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	19:15～20:15 もも尻ヨガティス (60分)	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (60分)	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)
石原	藤田	石原	秋山				楳
20:50～21:50 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	20:50～21:50 スタンダード60 (60分)	20:50～21:50 子宮温活ヨガ (60分)	20:50～21:50 美ボディフロー ピラティス (60分)				20:50～21:50 ダイエットヨガ (60分)
富田	石原	秋山	藤田				玉川

定休日

## NU茶屋町店【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 リンパデトックスヨガ (60分)		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (60分)	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス (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 子宮温活ヨガ (60分)
秋山		石原	富田	藤田		富田	秋山
12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)		12:15～13:15 もも尻ヨガティス (60分)	12:15～13:15 青中年人ヨガ (60分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		12:15～13:15 青中年人ヨガ (60分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)
楳		藤田	秋山	楳		秋山	石原
		石原	玉川	楳		14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)
			14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	花粉症スッキリヨガ (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	富田	石原
			石原	玉川	楳		
				15:45～16:30 ピラティス ブーストキャンプ (45分)	15:45～16:45 肩コリラックスヨガ (60分)	富田	
				富田	藤田		
				17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)			
				秋山			
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)	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)				17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	
石原	楳	楳				楳	
19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (60分)	19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45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 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (60分)
玉川	楳	玉川				石原	玉川
20:50～21:50 もも尻ヨガティス (60分)	20:50～21:50 はじめのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	20:50～21:50 花粉症スッキリヨガ (60分)				20:50～21:50 リンパデトックスヨガ (60分)	20:50～21:50 ダイエットヨガ (60分)
藤田	玉川	玉川				楳	玉川

定休日

## NU茶屋町店【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60 (60分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)		10:30～11:30 腰活ヨガ ver.2 (60分)	10:30～11:30 背中美人ヨガ (60分)	
	石原	秋山	秋山		藤田	秋山	
	12:15～13:00 ピラティス パート・キャンプ (45分)	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (60分)	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (60分)		12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (全員様限定)(60分)	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分)	
	藤田	石原	玉川		和田	藤田	
	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT (45分)	14:00～15:00 背中美人ヨガ (60分)		14:00～15:00 もも尻ヨガティス (60分)		
	石原	藤田	秋山		藤田		
		15:45～16:45 腰活ヨガ ver.2 (60分)	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分)				
		藤田	石原				
		17:30～18:30 スタンダード60 (60分)					
		石原					
17:30～18:30 もも尻ヨガティス (60分)	17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)			17:30～18:30 ダイエットヨガ (60分)	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	17:30～18:30 スタンダード60 (60分)	
北沢	秋山			玉川	玉川	石原	
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 美ボディフロー ピラティス (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 パワーヨガAdvance (全員様限定)(60分)	
秋山	藤田			玉川	石原	北沢	
20:50～21:50 パワーヨガAdvance (全員様限定)(60分)	20:50～21:50 肩コリラックスヨガ (60分)			20:50～21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	20:50～21:50 セルトル美脚ヨガ (60分)	20:50～21:50 子宮温活ヨガ (60分)	
北沢	藤田			和田	玉川	北沢	

## NU茶屋町店【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 骨盤矯正ヨガ (60分)	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (全員様限定)(60分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分)
	玉川	玉川	藤田	石原	玉川
	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 スタンダード60 (60分)	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT (45分)	12:15～13:15 背中美人ヨガ (60分)	12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)
	秋山	石原	藤田	和田	藤田
	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (全員様限定)(60分)	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分)	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (60分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 ダイエットヨガ (60分)
	玉川	秋山	北沢	秋山	玉川
		15:45～16:45 花粉症スッキリヨガ (60分)	15:45～16:45 パワーヨガAdvance (全員様限定)(60分)	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	
		玉川	北沢	和田	
		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 お腹引き締めヨガ (60分)	
		秋山		秋山	
19:15～20:15 子宮温活ヨガ (60分)				17:30～18:30 子宮温活ヨガ (60分)	
秋山				秋山	
20:50～21:50 Sound Feel Yoga ver.2(60分)				19:15～20:15 背中美人ヨガ (60分)	
石原				秋山	
				20:50～21:50 スタンダード60 (60分)	
				石原	

定休日

定休日