

浜松店【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 10:30～11:30 小顎リフトピラティス (60分)	水 10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	木 10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	金 10:30～11:30 スタンドード80 (60分)	土 10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス (60分)	日 10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (60分)	月 10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	火 10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)
浅田つぐみ 12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分)	宮下りおな 12:15～13:15 スタンダード80 (60分)	宮下りおな 12:15～13:15 全員とのう 寝たまんまヨガ (60分)	宮下りおな 12:15～13:15 浅田つぐみ	村松寛代 12:15～13:15 全員とのう 寝たまんまヨガ (60分)	宮下りおな 12:15～13:15 浅田つぐみ	宮下りおな 12:15～13:15 村松寛代	宮下りおな 12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)
宮下りおな 14:00～15:00 全身とのう 寝たまんまヨガ (60分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (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 HERBAL RELAX (60分)	14:00～15:00 もも房ヨガティス (60分)	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	14:00～15:00 村松寛代	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)
浅田つぐみ 15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	15:45～16:45 浅田つぐみ	15:45～16:45 村松寛代	15:45～16:45 村松寛代	15:45～16:45 村松寛代	15:45～16:45 村松寛代	15:45～16:45 村松寛代
17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	17:30～18:30 小顎リフトピラティス (60分)	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (60分)	17:30～18:30 村松寛代	17:30～18:30 村松寛代	17:30～18:30 村松寛代	17:30～18:30 村松寛代	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)
村松寛代 19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	19:15～20:15 エアロビヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード80 (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 村松寛代	19:15～20:15 村松寛代	19:15～20:15 村松寛代	19:15～20:15 子宮温活ヨガ (60分)
宮下りおな 21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分)	21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (60分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	21:00～22:00 村松寛代	21:00～22:00 村松寛代	21:00～22:00 村松寛代	21:00～22:00 スタンドード80 (60分)
村松寛代 22:00～23:00 施員彩加	22:00～23:00 浅田つぐみ	22:00～23:00 宮下りおな	22:00～23:00 村松寛代	22:00～23:00 村松寛代	22:00～23:00 村松寛代	22:00～23:00 村松寛代	22:00～23:00 施員彩加

定休日

浜松店【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 10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	木 10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	金 10:30～11:30 小顎リフトピラティス (60分)	土 10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	日 10:30～11:30 ホットピラティス (60分)	月 10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	火 10:30～11:30 子宮温活ヨガ (60分)	水 10:30～11:30 浅田つぐみ
施員彩加 12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	鈴木心 12:15～13:15 全員とのう 寝たまんまヨガ (60分)	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (60分)	12:15～13:15 浅田つぐみ	12:15～13:15 宮下りおな	12:15～13:15 浅田つぐみ	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)
宮下りおな 14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (60分)	14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (60分)	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分)	14:00～15:00 小顎リフトピラティス (60分)	14:00～15:00 宮下りおな	14:00～15:00 浅田つぐみ	14:00～15:00 施員彩加	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)
15:45～16:45 全身とのう 寝たまんまヨガ (60分)	15:45～16:45 全身とのう 寝たまんまヨガ (60分)	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ (60分)	15:45～16:45 浅田つぐみ	15:45～16:45 村松寛代	15:45～16:45 村松寛代	15:45～16:45 浅田つぐみ	15:45～16:45 山本梨紗
17:30～18:30 スタンダード80 (60分)	17:30～18:30 アドバンス90 (会員様限定)(60分)	17:30～18:30 はじめのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	17:30～18:30 宮下りおな	17:30～18:30 浅田つぐみ	17:30～18:30 施員彩加	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)
施員彩加 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 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 村松寛代	19:15～20:15 村松寛代	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT (45分)	19:15～20:15 もも房ヨガティス (60分)	19:15～20:15 村松寛代
21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス (60分)	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)	21:00～22:00 村松寛代	21:00～22:00 宮下りおな	21:00～22:00 浅田つぐみ	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	21:00～22:00 宮下りおな
村松寛代 22:00～23:00 施員彩加	22:00～23:00 鈴木心	22:00～23:00 宮下りおな	22:00～23:00 村松寛代	22:00～23:00 村松寛代	22:00～23:00 浅田つぐみ	22:00～23:00 宮下りおな	22:00～23:00 施員彩加

定休日

浜松店【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 もも尻ヨガティス (60分)	10:30~11:15	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 オトナのための オールインワンヨガ (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	10:30~11:30	10:30~11:30 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)	12:15~13:15 スタンダード60 (60分)			浅田つぐみ	山本梨紗	
	宮下りおな	宮下りおな			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 ホットピラティス (60分)	
14:00~15:00 アロマリラックスヨガ FRUIT DIET (60分)	14:00~15:00	14:00~15:00	14:00~15:00 ホットピラティス (60分)	14:00~15:00 小顎リフトピラティス (60分)	14:00~15:00	14:00~15:00	14:00~15:00 ホットピラティス (60分)
	15:45~16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	15:45~16:45 肩コリラックスヨガ (60分)			浅田つぐみ	山本梨紗	
	17:30~18:30 肩コリラックスヨガ (60分)	17:30~18:30 山本梨紗			15:45~16:45 山本梨紗	15:45~16:45 山本梨紗	
17:30~18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	17:30~18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)						
浅田つぐみ	宮下りおな						
19:15~20:15 肩コリラックスヨガ (60分)	19:15~20:15 ホットピラティス (60分)						
山本梨紗	山本梨紗						
21:00~22:00 小顎リフトピラティス (60分)	21:00~22:00 肩コリラックスヨガ (60分)						
浅田つぐみ	山本梨紗						
定休日							
17:30~18:30 ホットピラティス (60分)	17:30~18:30 子宮温活ヨガ (60分)	17:30~18:30 美ボディフロー ピラティス (60分)	17:30~18:30 ホットピラティス (60分)	17:30~18:30 山本梨紗	17:30~18:30 村松寛代	17:30~18:30 村松寛代	17:30~18:30 浅田つぐみ
19:15~20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	19:15~20:15 もも尻ヨガティス (60分)	19:15~20:15 子宮温活ヨガ (60分)			19:15~20:15 村松寛代	19:15~20:15 浅田つぐみ	19:15~20:15 浅田つぐみ
山本梨紗	山本梨紗	エアロビヨガ (60分)			21:00~22:00 肩コリラックスヨガ (60分)	21:00~22:00 浅田つぐみ	21:00~22:00 浅田つぐみ
21:00~22:00 山本梨紗	21:00~22:00 山本梨紗	エアロビヨガ (60分)					

浜松店【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 みるみる変わる姿勢ピラティス(60分)	10:30~11:30 お腹引き締めヨガ(60分)	10:30~11:30 パワーヨガAdvance(会員様限定)(60分)		10:30~11:30 エアロピヨガ(60分)	10:30~11:30 ホットピラティス(60分)
浅田つぐみ	宮下りおな	浅田つぐみ		浅田つぐみ	山本梨紗
12:15~13:15 美ボディフロー・ピラティス(60分)	12:15~13:15 小顎リフトピラティス(60分)	12:15~13:15 スタンダード60(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FRUIT DIET(60分)
村松寛代	浅田つぐみ	宮下りおな		宮下りおな	福葉帆香
14:00~15:00 子宮温活ヨガ(60分)	14:00~15:00 Sound Feel Yoga ver.2(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 ホットピラティス(60分)	14:00~15:00 肩コリラックスヨガ(60分)
村松寛代	宮下りおな	浅田つぐみ		山本梨紗	山本梨紗
	15:45~16:45 リンパデトックスヨガ(60分)	15:45~16:45 お腹引き締めヨガ(60分)		15:45~16:45 セルトル美脚ヨガ(60分)	
	山本梨紗	宮下りおな		村松寛代	
	17:30~18:30 全身ととのう寝たまんまヨガ(60分)				
	浅田つぐみ				
17:30~18:30 肩コリラックスヨガ(60分)					
山本梨紗					
19:15~20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)				19:15~20:15 リンパデトックスヨガ(60分)	
宮下りおな				宮下りおな	
21:00~22:00 リンパデトックスヨガ(60分)				21:00~22:00 はじめてのパワーヨガ(会員様限定)(60分)	
山本梨紗				村松寛代	