

mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
H朝ヨガ 9:30~10:10 Miwako	Hヨガフロー 9:00~9:40 Chie	Hダイエットヨガ 10:00~10:40 Yumi	Hビギナーズフロー 10:00~10:40 Shin	Hピラティス 10:00~10:40 Yumi	Hアンチエイジング 10:00~10:40 Mami	Hヨガベーシック 10:00~10:40 Miyo
Hヨガライト 10:30~11:10 Miwako		H骨盤ヨガ 11:00~11:40 Yumi	Hリラックスヨガ 11:00~11:40 Shin	Hアンチエイジング 11:00~11:40 Yumi	Hビギナーズフロー 11:00~11:40 Mami	Hヨガライト 11:00~11:40 Miyo
Hリラックスヨガ 19:30~20:10 Miwa	Hヨガフロー 19:00~19:40 Saki	Hアンチエイジング 18:45~19:25 Saki	Hビギナーズフロー 19:00~19:40 Miwa	Hヨガベーシック 19:40~20:20 Miwako		
Hヨガベーシック 20:30~21:10 Miwa	H骨盤ヨガ 20:00~20:40 Mami	Hヨガフロー 19:45~20:25 Saki	Hヨガライト 20:00~20:40 Miwa	Hアンチエイジング 20:40~21:20 Miwako		