

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