

mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
H朝ヨガ 9:00~9:40 Shuri	Hビギナーズフロー 9:00~9:40 Shuri	Hスローフローヨガ 9:00~9:40 Chie	Hヨガフロー 9:00~9:40 Naomi	H骨格矯正EX 9:00~9:40 Momoe	H朝ヨガ 8:00~8:40 Emi	H朝ヨガ 8:00~8:40 Yuko
H骨盤ヨガ 10:00~10:40 Momoe	Hリフレッシュヨガ 10:00~10:40 Yuka	Hアンチエイジング 10:00~10:40 Mizuko	Hヨガライト 10:00~10:40 Naomi	H美脚セラピーヨガ 10:00~10:40 Momoe	Hムーンヨガ 9:00~9:40 Emi	Hサーキットフロー 9:00~9:40 Yuko
	H骨盤ヨガ 11:00~11:40 Yuka	Hデトックスヨガ 11:00~11:40 Mizuko	H優しいピラティス 11:00~11:40 Momoe		Hボディメイクヨガ 10:00~10:40 Yuko.T	第1週 骨盤ヨガ/Yuko.T 第2週 リラックスヨガ/Yuka 第3週 ヨガフロー/Naom 第4週 ヨガライト/Yuko.T 10:00~10:40
		Hアンチエイジング 13:00~13:40 Shuri	Hリラックスヨガ 13:00~13:40 Yuko			第1週 スローフローヨガ/Yuko.T 第2週 ピラティス/Yuka 第3週 デトックスヨガ/Naomi 第4週 ヨガフロー/Yuko.T 11:00~11:40
		Hヨガフロー 14:00~14:40 Shuri	Hピラティス/デトックス 14:00~14:40 Yuko			
Hムーンヨガ 19:00~19:40 Mizuko	Hヨガライト 19:00~19:40 Wakana	Hリラックスヨガ 19:00~19:40 Shie	Hピラティス 19:00~19:40 Yuka	Hメディテーション 19:00~19:40 Wakana	Hヨガベーシック 19:00~19:40 TOMOMI	第1,第5週 骨盤ヨガ/Wakana 第2週 リラックスヨガ/Emi 第3週 呼吸とストレッチ/Momoe 第4週 ビギナーズフロー/Shie 18:00~18:40
H骨盤ヨガ 20:00~20:40 Mizuko	Hパワーヨガ 20:00~20:40 Wakana	H筋トレストレッチ 20:00~20:40 Shie	Hリラックスヨガ 20:00~20:40 Emi	Hパワーヨガ 20:00~20:40 Wakana	Hビギナーズフロー 20:00~20:40 TOMOMI	第1,第5週 ダイエットヨ/Wakana 第2週 デトックスヨガ/Emi 第3週 ピラティス/Momoe 第4週 リラックスヨガ/Shie 19:00~19:40

休館日:2日(木)17日(金)29日(水)

料金:1クラス 2,547円 回数券5クラス 10,694円 ホットヨガ通い放題 9,999円/月 ホットヨガ初回体験 777円 予約センター042-401-4823