

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

休館日:1日(木)13日(土)19日(月) 23日(金)

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