

mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
H朝ヨガ 9:00～9:40 Yuka ★1/16 Momoe	H朝ヨガ 9:00～9:40 Emi	H朝ヨガ 9:00～9:40 Yuka	Hリラックスヨガ 9:00～9:40 Yuka	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ボディケアピラティス 10:00～10:40 Yuka	H美脚セラピーヨガ 10:00～10:40 Momoe	Hデトックスヨガ 9:00～9:40 Emi	Hボディメイクヨガ 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リラックスヨガ Yuka 10:00～10:40	5日 リラックスヨガ/Yuka 12日 骨盤ヨガ/ENI 19日 呼吸体幹EX/Naom 26日 リラックスヨガ/Yuka 10:00～10:40
		Hボディケアピラティス 13:00～13:40 Mizuko	H骨盤ヨガ 13:00～13:40 Yuka			5日 ピラティス/Yuka 12日 デトックスヨガ/ENI 19日 アシュタンガヨガ/Naomi 26日 ピラティス/Yuka 11:00～11:40
		Hアンチエイジング 14:00～14:40 Mizuko	Hピラティス 14:00～14:40 yuko			
Hリフレッシュヨガ Mizuko 19:30～20:10	Hヨガベーシック 19:10～19:50 Shie	Hハタヨガベーシック 19:10～19:50 ENI	Hムーンヨガ 19:30～20:10 Emi	Hリラックスヨガ 19:10～19:50 Shie	Hヨガピラティス ★2/4,25 Chie Hボディメイク ★2/18 ENI 19:00～19:40	5日 Hヨガフロー/Emi 12日 リラックスヨガ//Emi 19日 Hヨガフロー/ENI 26日 Hリフレッシュヨガ/ENI 18:00～18:40
Hムーンヨガ Mizuko 20:30～21:10	Hサーキットフロー 20:10～20:50 Shie	Hヨガライト 20:10～20:50 ENI	Hリラックスヨガ 20:30～21:10 Emi	H筋トレストレッチ 20:10～20:50 Shie	Hリラックス ★2/4,25 Chie Hリラックスヨガ ★2/18 ENI 20:00～20:40	5日 Hムーンヨガ/Emi 12日 Hヨガフロー/Emi 19日 Hヨガライト/ENI 26日 Hダイエットヨガ/ENI 19:00～19:40

休館日:3日(金)11日(土)15(水)23日(木)27日(月)

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 10,499円/月 ホットヨガ初回体験 1,000円 予約センター042-401-4823