

mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
H朝ヨガ 9:00～9:40 Yuka	H朝ヨガ ★ 5/9.16 Angie 陰ヨガ(ややホット) ★ 5/2.30 Tomoko 9:00～9:40	H朝ヨガ 9:00～9:40 Angie	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スローフローヨガ 10:00～10:40 YUAN YUAN	H骨盤ヨガ 10:00～10:40 Yuka	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リフレッシュヨガ 11:00～11:40 YUAN YUAN	H優しいピラティス 11:00～11:40 Momoe		Hリラックスヨガ Toshie 10:00～10:40	H呼吸とストレッチ ★ 4/2.16.30 Naomi H骨盤ヨガ ★ 4/9.23 Yuka 10:00～10:40
		Hアンチエイジング 13:00～13:40 Mizuko	Hスローフロー 13:00～13:40 ENI			Hスローフローヨガ ★ 4/2.16.30 Naomi Hピラティス ★ 4/9.23 Yuka 11:00～11:40
		H骨盤ヨガ 14:00～14:40 Mizuko	Hアンチエイジング 14:00～14:40 ENI			
Hスローフローヨガ 19:10～19:50 Angie	H筋トレストレッチ 19:10～19:50 Shie	H側ヨガベーシック 19:10～19:50 ENI	Hヨガフロー 19:30～20:10 Emi	Hリラックスヨガ 19:10～19:50 Shie	Hボディメイクヨガ ★ 5/13.20 ENI Hヨガフロー ★ 5/6.27 Chie 19:00～19:40	Hリラックスヨガ 19:00～19:40 Emi
H呼吸とストレッチ 20:10～20:50 Angie	Hリラックスヨガ 20:10～20:50 Shie	H呼吸とストレッチ 20:10～20:50 ENI	Hデトックスヨガ 20:30～21:10 Emi	Hパワーヨガ 20:10～20:50 Shie	H骨盤ヨガ ★ 5/13.20 ENI Hリラックスヨガ ★ 5/6.27 Chie 20:00～20:40	H骨盤筋整ヨガ 20:00～20:40 Emi