

mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
					H朝ヨガ 8:00~8:40 Nao	
Hピラティス 10:00~10:40 Mio	Hヨガフロー 10:00~10:40 Yuka	Hビギナーズフロー 10:00~10:40 Mikari	Hヨガライト 10:00~10:40 Yuko	H骨盤ヨガ 10:00~10:40 Tamaki	Hアンチエイジング 9:00~9:40 Tamaki	Hヨガベーシック 10:00~10:40 Miyuki
Hアンチエイジング 11:00~11:40 Yuka	Hヨガライト 11:00~11:40 Yuka	Hリラックスヨガ 11:00~11:40 Mikari	Hヨガベーシック 11:00~11:40 Yuko	Hアンチエイジング 11:00~11:40 Yoko	Hダイエットヨガ 10:00~10:40 Emi	Hヨガライト 11:00~11:40 Miyuki
		Hアンチエイジング 16:00~16:40 Emi		午後のゆるヨガ 14:00~14:40 Yoko		
H骨盤ヨガ 19:00~19:40 Emi	Hヨガベーシック 18:30~19:10 Yuko	Hサーキット 19:00~19:40 Emi	Hアンチエイジング 19:00~19:40 Tamaki			
Hダイエットヨガ 20:00~20:40 Emi	Hリラックスヨガ 19:30~20:10 Yuko	Hヨガライト 20:00~20:40 Kozue	Hビギナーズフロー 20:00~20:40 Tamaki	Hヨガフロー 19:30~20:10 Chie		
Hヨガベーシック 21:00~21:40 Miwako	Hヨガフロー 20:30~21:10 Nao	Hピラティス 21:00~21:40 Mio	Hヨガライト 21:00~21:40 Mayumi	H骨盤ヨガ 20:30~21:10 Chie		