

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
				年始休暇	年始休暇	10:30- エアリアルアンチエイジング 11:40 ★/特 Mina 13:30- フローヨガ STEP1 14:40 ★★/美 Atsushi 15:10- FRP ベーシック 16:20 ★★/調 Atsushi
5	6	7	8	9	10	11
インストラクター養成スクール日曜コース	10:30- 経絡ヨガ 11:40 ★★/調 Keiko 13:30- 骨盤調整ヨガ 14:40 ★★/調 Erina Close (15:00-17:30) 18:00- 温活ヨガ 19:10 ★/癒 Risa 19:30- バクティブローヨガビギナー 20:40 ★★/特 Risa	10:30- FRP ベーシック 11:40 ★★/調 Atsushi 13:30- ヒーリングアロマヨガ 14:40 ★/癒 Minami Close (15:00-17:30) 18:00- エアリアル美姿勢 19:10 ★★/特 Mina 19:30- エアリアルアンチエイジング 20:40 ★/特 Mina		10:30- ヒーリングアロマヨガ 11:40 ★/癒 S.Mayumi 13:30- 骨盤調整ヨガ 14:40 ★★/調 T.Yuki Close (15:00-17:30) 18:00- リストラティブヨガ 19:10 ★/癒 Sayoko 19:30- アロマビューティーヨガ 20:40 ★★/美 Sayoko	10:30- 温活ヨガ 11:40 ★/癒 Risa 13:30- キルタンヨガ NEW 14:40 ★★/特 Risa Close (15:00-17:30) 18:00- フローヨガ STEP1 19:10 ★★/美 Moeju 19:30- ヒーリングアロマヨガ 20:40 ★/癒 Moeju	10:30- バクティブローヨガ 11:40 ★★/特 Risa 13:30- FRP ヨガ 14:40 ★★/調 Atsushi 15:10- パフォーマンスアップヨガ 16:20 ★★/特 NEW Atsushi
	12	13	14	15	16	17
	10:30- ヒーリングアロマヨガ 11:40 ★/癒 Keiko 13:30- 姿勢改善ヨガ 14:40 ★★/調 Erina Close (15:00-17:30) 18:00- ハーバルヨガ 19:10 ★/癒 Risa 19:30- キルタンヨガ NEW 20:40 ★★/特 Risa	10:30- パフォーマンスアップヨガ 11:40 ★★/特 NEW Atsushi 13:30- ボディメイクヨガ 14:40 ★★/美 Minami Close (15:00-17:30) 18:00- エアリアルアンチエイジング 19:10 ★/特 Mina 19:30- エアリアルデトックス 20:40 ★★/特 Mina		10:30- バクティブローヨガビギナー 11:40 ★★/特 S.Mayumi 13:30- アーユルヴェーダヨガ 14:40 ★★/癒 Risa Close (15:00-17:30) 18:00- ヒーリングアロマヨガ 19:10 ★/癒 Sayoko 19:30- アシュタンガヨガビギナー 20:40 ★★/特 Sayoko	10:30- アロマビューティーヨガ 11:40 ★★/美 Risa 13:30- ハーバルヨガ 14:40 ★/癒 Risa Close (15:00-17:30) 18:00- 温活ヨガ 19:10 ★/癒 Moeju 19:30- 骨盤調整ヨガ 20:40 ★★/調 Moeju	10:30- エアリアル美姿勢 11:40 ★★/特 Mina 13:30- OdakaYoga パワーフロー 14:40 ★★/特 Shunsuke 15:10- OdakaYoga ジェントルフロー 16:20 ★/特 Shunsuke
	19	20	21	22	23	24
10:30- 筋膜リリースヨガ 11:40 ★/調 Keiko 13:30- ヒーリングアロマヨガ 14:40 ★/癒 Erina Close (15:00-17:30) 18:00- アロマビューティーヨガ 19:10 ★★/美 Risa 19:30- 温活ヨガ NEW 20:40 ★/癒 Risa	10:30- FRP ヨガ 11:40 ★★/調 Atsushi 13:30- 快眠ヨガ 14:40 ★/癒 Minami Close (15:00-17:30) 18:00- エアリアルデトックス 19:10 ★★/特 Mina 19:30- エアリアル美姿勢 20:40 ★★/特 Mina		10:30- ヒーリングアロマヨガ 11:40 ★/癒 S.Mayumi 13:30- フローヨガ STEP1 14:40 ★★/美 T.Yuki Close (15:00-17:30) 18:00- ビラティス 19:10 ★★/美 Sayoko 19:30- 陰ヨガ 20:40 ★/調 Sayoko	10:30- アーユルヴェーダヨガ 11:40 ★★/癒 Risa 13:30- 温活ヨガ 14:40 ★/癒 Risa Close (15:00-17:30) 18:00- ヒーリングアロマヨガ 19:10 ★/癒 Moeju 19:30- フローヨガ STEP1 20:40 ★★/美 Moeju	10:30- エアリアルデトックス 11:40 ★★/特 Mina 13:30- ヒーリングアロマヨガ 14:40 ★/癒 Atsushi 15:10- FRP ベーシック 16:20 ★★/調 Atsushi	
26	27	28	29	30	31	
10:30- 骨盤調整ヨガ 11:40 ★★/調 Keiko 13:30- アロマビューティーヨガ 14:40 ★★/美 Erina Close (15:00-17:30) 18:00- フローヨガ STEP1 19:10 ★★/美 Risa 19:30- ヒーリングアロマヨガ 20:40 ★/癒 Risa	10:30- ベーシックヨガ 11:40 ★★/調 Atsushi 13:30- コアヨガ 14:40 ★★/美 Minami Close (15:00-17:30) 18:00- エアリアル美姿勢 19:10 ★★/特 Mina 19:30- エアリアルアンチエイジング 20:40 ★/特 Mina		10:30- バクティブローヨガビギナー 11:40 ★★/特 S.Mayumi 13:30- ヒーリングアロマヨガ 14:40 ★/癒 T.Yuki Close (15:00-17:30) 18:00- アロマビューティーヨガ 19:10 ★★/美 Sayoko 19:30- ヨギックアーツビギナー 20:40 ★★/特 Sayoko	10:30- キルタンヨガ NEW 11:40 ★★/特 Risa 13:30- リストラティブヨガ 14:40 ★/癒 Risa Close (15:00-17:30) 18:00- 骨盤調整ヨガ 19:10 ★★/調 Moeju 19:30- 温活ヨガ 20:40 ★/癒 Moeju		

★印は運動量の目安です。(★が少ないほうが優しいクラスとなります) ※レッスンは予告なく変更となる場合がございます。ご了承ください。