

日	月	火	水	木	金	土
			定休日	1 10:00- バクティフローヨガビギナー 11:10 ★★/特 S.mayumi 11:50- フローヨガ STEP1 13:00 ★★/美 S.mayumi 15:20- 経絡ヨガ 16:30 ★★/調 Keiko 18:50- FRP ヨガ 20:00 ★★/美 Atsushi 20:30- FRP ベーシック 21:40 ★★/調 Atsushi	2 10:00- デトックスヨガ 11:10 ★/調 Yurie 11:50- ベーシックヨガ 13:00 ★★/調 Yurie 15:20- ヒーリングアロマヨガ 16:30 ★/癒 Sayoko 18:50- 歪み調整ストレッチ 20:00 ★★/調 Ayano 20:30- コアヨガ 21:40 ★★/美 Ayano	3 8:00- 朝ヨガ スローフロー 9:10 ★★/癒 Sayaka 9:50- デトックスヨガ 11:00 ★/調 Sayaka 13:10- アロマビューティーヨガ 14:20 ★★/美 Sayoko 14:50- ベーシックヨガ 16:00 ★★/調 Sayoko
8:00- 朝ヨガ アロマ 9:10 ★/癒 Ayano 9:50- 骨盤調整ヨガ 11:00 ★★/調 Ayano 13:10- ヒーリングアロマヨガ 14:20 ★/癒 Sayoko 14:50- ヨギックアーツ 16:00 ★★/特 Sayoko	5 10:00- アロマビューティーヨガ 11:10 ★★/美 Sayoko 11:50- ピラティス 13:00 ★★/美 Sayoko 15:20- やさしいヨガ 16:30 ★/癒 Risa 18:50- シヴァナンダヨガビギナー 20:00 ★★/調 tomoko 20:30- ヒーリングアロマヨガ 21:40 ★/癒 tomoko	6 10:00- ポル・ド・ブラ 11:10 ★★/美 Chinatsu 11:50- 女性のためのヨガ 13:00 ★★/調(女性限定) Chinatsu 13:30-14:40 マタニティヨガ T.Yuki 15:20- 骨盤調整ヨガ 16:30 ★★/調 T.Yuki 18:50- フローヨガ STEP1 20:00 ★★/美 Sayaka 20:30- 腸活ヨガ 季節のヨガ 21:40 ★★/調 Sayaka	7 定休日	8 10:00- 美脚ヨガ 11:10 ★★/美 Ayano 11:50- 歪み調整ストレッチ 13:00 ★★/調 Ayano 15:20- 筋膜リリースヨガ 16:30 ★/調 Keiko 18:50- FRP ベーシック 20:00 ★★/調 Atsushi 20:30- コアヨガ 21:40 ★★/美 Atsushi	9 10:00- ベーシックヨガ 11:10 ★★/調 Yurie 11:50- ヒーリングアロマヨガ 13:00 ★/癒 Yurie 15:20- ピラティス 16:30 ★★/美 Sayoko 18:50- 骨盤調整ヨガ 20:00 ★★/調 Ayano 20:30- 美脚ヨガ 21:40 ★★/美 Ayano	10 8:00- 朝ヨガ アロマ 9:10 ★/癒 Sayaka 9:50- フローヨガ STEP1 11:00 ★★/美 Sayaka 13:10- ベーシックヨガ 14:20 ★★/調 Sayoko 14:50- アシュタンガヨガ 16:00 ★★/特 Sayoko 17:00- アーサナ塾 19:00 ¥3,000 回数消化なし 初回/アーサナ手帳 ¥1,200 Atsushi
8:00- 朝ヨガ スローフロー 9:10 ★★/癒 Ayano 9:50- 歪み調整ストレッチ 11:00 ★★/調 Ayano 13:10- 腸活ヨガ 季節のヨガ 14:20 ★★/調 Sayaka 14:50- ヒーリングアロマヨガ 16:00 ★/癒 Sayaka	●新月 12 10:00- ヒーリングアロマヨガ 11:10 ★/癒 Sayoko 11:50- アロマビューティーヨガ 13:00 ★★/美 Sayoko 15:20- 腸活ヨガ 季節のヨガ 16:30 ★★/調 Risa 18:50- アーユルヴェーダヨガ 20:00 ★★/癒 tomoko 20:30- 新月キャンドルヨガ 21:40 ★/癒 tomoko	13 10:00- 骨盤調整ヨガ 11:10 ★★/調 Chinatsu 11:50- バレトン 13:00 ★★/美 Chinatsu 15:20- フローヨガ STEP1 16:30 ★★/美 T.Yuki 18:50- デトックスヨガ 20:00 ★/調 Sayaka 20:30- アロマビューティーヨガ 21:40 ★★/美 Sayaka	14 定休日	15 10:00- 腸活ヨガ 季節のヨガ 11:10 ★★/調 S.mayumi 11:50- ヒーリングアロマヨガ 13:00 ★/癒 S.mayumi 15:20- 首・肩コリ解消ヨガ 16:30 ★★/調 Keiko 18:50- FRP ヨガ 20:00 ★★/美 Atsushi 20:30- FRP ベーシック 21:40 ★★/調 Atsushi	16 10:00- アロマビューティーヨガ 11:10 ★★/美 Yurie 11:50- デトックスヨガ 13:00 ★/調 Yurie 15:20- アシュタンガヨガビギナー 16:30 ★★/特 Sayoko 18:50- ヒーリングアロマヨガ 20:00 ★/癒 Ayano 20:30- コアヨガ 21:40 ★★/美 Ayano	17 8:00- 朝ヨガ スローフロー 9:10 ★★/癒 Sayaka 9:50- 腸活ヨガ 季節のヨガ 11:00 ★★/調 Sayaka 13:10- ヒーリングアロマヨガ 14:20 ★/癒 Sayoko 14:50- ピラティス 16:00 ★★/美 Sayoko
8:00- 朝ヨガ アロマ 9:10 ★/癒 Ayano 9:50- コアヨガ 11:00 ★★/美 Ayano 13:10- デトックスヨガ 14:20 ★/調 Sayaka 14:50- ベーシックヨガ 16:00 ★★/調 Sayaka	19 10:00- ベーシックヨガ 11:10 ★★/調 Sayoko 11:50- アシュタンガヨガビギナー 13:00 ★★/特 Sayoko 15:20- デトックスヨガ 16:30 ★/調 Risa 18:50- アロマビューティーヨガ 20:00 ★★/美 tomoko 20:30- アーユルヴェーダヨガ 21:40 ★★/癒 tomoko	20 10:00- ピラティス 11:10 ★★/美 Chinatsu 11:50- ポル・ド・ブラ 13:00 ★★/美 Chinatsu 13:30-14:40 ベビマタ産後ヨガ T.Yuki 15:20- ヒーリングアロマヨガ 16:30 ★/癒 T.Yuki 18:50- 腸活ヨガ 季節のヨガ 20:00 ★★/調 Sayaka 20:30- ベーシックヨガ 21:40 ★★/調 Sayaka	21 定休日	22 10:00- 骨盤調整ヨガ 11:10 ★★/調 S.mayumi 11:50- バクティフローヨガビギナー 13:00 ★★/特 S.mayumi 15:20- フローヨガ STEP1 16:30 ★★/美 Keiko 18:50- 体が硬い人のためのヨガ 20:00 ★/調 Atsushi 20:30- FRP ヨガ 21:40 ★★/美 Atsushi	23 10:00- ヒーリングアロマヨガ 11:10 ★/癒 Yurie 11:50- ベーシックヨガ 13:00 ★★/調 Yurie 15:20- アロマビューティーヨガ 16:30 ★★/美 Sayoko 18:50- コアヨガ 20:00 ★★/美 Ayano 20:30- 歪み調整ストレッチ 21:40 ★★/調 Ayano	24 8:00- 朝ヨガ アロマ 9:10 ★/癒 Sayaka 9:50- アロマビューティーヨガ 11:00 ★★/美 Sayaka 13:10- ピラティス 14:20 ★★/美 Sayoko 14:50- ヒーリングアロマヨガ 16:00 ★/癒 Sayoko
8:00- 朝ヨガ スローフロー 9:10 ★★/癒 Ayano 9:50- 美脚ヨガ 11:00 ★★/美 Ayano 13:10- ハーバルヨガ 14:20 ★/癒 Sayaka 14:50- 腸活ヨガ 季節のヨガ 16:00 ★★/調 Sayaka	26 10:00- ピラティス 11:10 ★★/美 Sayoko 11:50- ベーシックヨガ 13:00 ★★/調 Sayoko 15:20- アロマビューティーヨガ 16:30 ★★/美 Risa 18:50- ヒーリングアロマヨガ 20:00 ★/癒 tomoko 20:30- シヴァナンダヨガビギナー 21:40 ★★/調 tomoko	○満月 27 10:00- バレトン 11:10 ★★/美 Chinatsu 11:50- 女性のためのヨガ 13:00 ★★/調(女性限定) Chinatsu 15:20- 骨盤調整ヨガ 16:30 ★★/調 T.Yuki 18:50- アロマビューティーヨガ 20:00 ★★/美 Sayaka 20:30- 満月キャンドルヨガ 21:40 ★/癒 Sayaka	28 定休日	昭和の日 29 10:00- ヒーリングアロマヨガ 11:10 ★/癒 S.mayumi 11:50- 腸活ヨガ 季節のヨガ 13:00 ★★/調 S.mayumi 15:20- 経絡ヨガ 16:30 ★★/調 Keiko 18:50- FRP ベーシック 20:00 ★★/調 Atsushi 20:30- ベーシックヨガ 21:40 ★★/調 Atsushi	30 10:00- デトックスヨガ 11:10 ★/調 Yurie 11:50- アロマビューティーヨガ 13:00 ★★/美 Yurie 15:20- ベーシックヨガ 16:30 ★★/調 Sayoko 18:50- 美脚ヨガ 20:00 ★★/美 Ayano 20:30- 快眠ヨガ 21:40 ★/癒 Ayano	

日	月	火	水	木	金	土
8:00- 朝ヨガ アロマ ★/癒 Ayano 30 9:10 骨盤調整ヨガ ★★/調 Ayano 11:00 アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayaka 13:10- デトックスヨガ ★/調 Sayaka 14:20 16:00	10:00- アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayoko 31 11:10 ベーシックヨガ ★★/調 Sayoko 13:00 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 Risa 15:20- シヴァナンダヨガビギナー ★★/調 tomoko 16:30 18:50- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 tomoko 20:00 20:30- 21:40	GW休館のお知らせ 誠に勝手ながら 5/3～5/5 休館となります。				8:00- 朝ヨガ スローフロー ★★/癒 Sayaka 1 9:10 ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayaka 9:50- ベーシックヨガ ★★/調 Sayoko 11:00 ヨギックアーツ ★★/特 Sayoko 13:10- 14:20 16:00
8:00- 朝ヨガ アロマ ★/癒 Ayano 2 9:10 コアヨガ ★★/美 Ayano 11:00 ピラティス ★★/美 Sayoko 13:10- アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayoko 14:20 16:00	憲法記念日 定休日	みどりの日 定休日	こどもの日 定休日	6 10:00- 骨盤調整ヨガ ★★/調 S.mayumi 11:10 腸活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 S.mayumi 13:00 筋膜リリースヨガ ★★/調 Keiko 15:20- FRP ベーシック ★★/調 Atsushi 16:30 18:50- ベーシックヨガ ★★/調 Atsushi 20:00 20:30- 21:40	7 10:00- ベーシックヨガ ★★/調 Yurie 11:10 ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Yurie 13:00 ピラティス ★★/美 Sayoko 15:20- 歪み調整ストレッチ ★★/調 Ayano 16:30 18:50- コアヨガ ★★/美 Ayano 20:00 20:30- 21:40	8 8:00- 朝ヨガ アロマ ★/癒 Sayaka 9:10 フローヨガ STEP1 ★★/美 Sayaka 9:50- アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayoko 11:00 ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayoko 13:10- アーサナ塾 ￥3,000 回数消化なし 初回/アーサナ手帳 ¥1,200 Atsushi 14:20 16:00
8:00- 朝ヨガ スローフロー ★★/癒 Ayano 9 9:10 歪み調整ストレッチ ★★/調 Ayano 11:00 ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayaka 13:10- 腸活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Sayaka 14:20 16:00	10 10:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayoko 11:10 ピラティス ★★/美 Sayoko 13:00 ハーバルヨガ ★/癒 Risa 15:20- アーユルヴェーダヨガ ★★/癒 tomoko 16:30 18:50- アロマビューティーヨガ ★★/美 tomoko 20:00 20:30- 21:40	11 10:00- ピラティス ★★/美 Chinatsu 11:10 ポル・ド・ブラ ★★/美 Chinatsu 13:00 13:30-14:40 マタニティヨガ T.Yuki 15:20- フローヨガ STEP1 ★★/美 T.Yuki 16:30 18:50- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayaka 20:00 20:30- 腸活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Sayaka 21:40	12 定休日	13 10:00- フローヨガ STEP1 ★★/美 S.mayumi 11:10 ヒーリングアロマヨガ ★/癒 S.mayumi 13:00 骨盤調整ヨガ ★★/調 Ayano 15:20- FRP ベーシック ★★/調 Atsushi 16:30 18:50- コアヨガ ★★/美 Atsushi 20:00 20:30- 21:40	14 10:00- デトックスヨガ ★/調 Yurie 11:10 アロマビューティーヨガ ★★/美 Yurie 13:00 ベーシックヨガ ★★/調 Sayoko 15:20- コアヨガ ★★/美 Ayano 16:30 18:50- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Ayano 20:00 20:30- 21:40	15 8:00- 朝ヨガ スローフロー ★★/癒 Sayaka 9:10 デトックスヨガ ★/調 Sayaka 9:50- アシュタンガヨガ ★★/特 Sayoko 11:00 アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayoko 13:10- 14:20 16:00
8:00- ラジヨガ × 朝活ヨガ ★★/癒 Ayano 16 9:10 ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Ayano 11:00 ハーバルヨガ ★/癒 Sayaka 13:10- ベーシックヨガ ★★/調 Sayaka 14:20 16:00	17 10:00- ベーシックヨガ ★★/調 Sayoko 11:10 ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayoko 13:00 腸活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Risa 15:20- フローヨガ STEP1 ★★/美 tomoko 16:30 18:50- シヴァナンダヨガビギナー ★★/調 tomoko 20:00 20:30- 21:40	18 10:00- バレトン ★★/美 Chinatsu 11:10 女性のためのヨガ ★★/調(女性限定) Chinatsu 13:00 骨盤調整ヨガ ★★/調 T.Yuki 15:20- ベーシックヨガ ★★/調 Sayaka 16:30 18:50- デトックスヨガ ★/調 Sayaka 20:00 20:30- 21:40	19 定休日	20 10:00- 腸活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 S.mayumi 11:10 バクティフローヨガビギナー ★★/特 S.mayumi 13:00 経絡ヨガ ★★/調 Keiko 15:20- FRP ヨガ ★★/美 Atsushi 16:30 18:50- FRP ベーシック ★★/調 Atsushi 20:00 20:30- 21:40	21 10:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Yurie 11:10 ベーシックヨガ ★★/調 Yurie 13:00 アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayoko 15:20- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Ayano 16:30 18:50- コアヨガ ★★/美 Ayano 20:00 20:30- 21:40	22 8:00- 朝ヨガ アロマ ★/癒 Sayaka 9:10 アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayaka 9:50- ベーシックヨガ ★★/調 Sayoko 11:00 ピラティス ★★/美 Sayoko 13:10- 14:20 16:00
8:00- 朝ヨガ スローフロー ★★/癒 Ayano 23 9:10 美脚ヨガ ★★/美 Ayano 11:00 フローヨガ STEP1 ★★/美 Sayaka 13:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayaka 14:20 16:00	24 10:00- ヨギックアーツビギナー ★★/特 Sayoko 11:10 アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayoko 13:00 フローヨガ STEP1 ★★/美 Risa 15:20- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 tomoko 16:30 18:50- アーユルヴェーダヨガ ★★/癒 tomoko 20:00 20:30- 21:40	25 10:00- ポル・ド・ブラ ★★/美 Chinatsu 11:10 ピラティス ★★/美 Chinatsu 13:00 13:30-14:40 ベビマ産後ヨガ T.Yuki 15:20- 骨盤調整ヨガ ★★/調 T.Yuki 16:30 18:50- 腸活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Sayaka 20:00 20:30- アロマビューティーヨガ ★★/美 Sayaka 21:40	26 定休日	27 10:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 S.mayumi 11:10 骨盤調整ヨガ ★★/調 S.mayumi 13:00 首・肩コリ解消ヨガ ★★/特 Keiko 15:20- 体が硬い人のためのヨガ ★/調 Atsushi 16:30 18:50- FRP ヨガ ★★/美 Atsushi 20:00 20:30- 21:40	28 10:00- アロマビューティーヨガ ★★/美 Yurie 11:10 デトックスヨガ ★/調 Yurie 13:00 ヨギックアーツビギナー ★★/特 Sayoko 15:20- コアヨガ ★★/美 Ayano 16:30 18:50- 快眠ヨガ ★/癒 Ayano 20:00 20:30- 21:40	29 8:00- 朝ヨガ スローフロー ★★/癒 Sayaka 9:10 腸活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Sayaka 9:50- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayoko 11:00 ベーシックヨガ ★★/調 Sayoko 13:10- 14:20 16:00