

日	月	火	水	木	金	土
新型コロナウイルス対策実施中 感染拡大防止にご協力をお願いします レッスン中もマスク着用をお願いします スタジオ入室前の手指消毒の徹底 ご来店前の検温 平熱より高い場合はご遠慮下さい 2mの距離確保 スタジオ内の会話もご遠慮下さい レッスンは後ほかにご帰宅して下さい 換気のため窓を開けてレッスンをしております			1 定休日	2 10:30- デトックスヨガ ★/調 Rie 11:40- 12:10- アロマビューティーヨガ ★/美 Rie 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	3 10:30- 姿勢改善ヨガ ★★/調 Erina 11:40- 12:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Erina 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	4 10:30- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 K.Mayumi 11:40- 12:10- バクティブローヨガビギナー ★★/特 K.Mayumi 13:20- Close (13:30-15:00) 15:30- アロマビューティーヨガ ★★/美 Moeju 16:40- 17:20- デトックスヨガ ★/調 Moeju 18:30-
5 10:30- フローヨガ STEP1 ★★★/美 Moeju 11:40- 12:10- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Moeju 13:20- Close (13:30-15:00) 15:30- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 K.Mayumi 16:40- 17:20- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 K.Mayumi 18:30-	6 10:30- 筋膜リリースヨガ ★/調 Keiko 11:40- 12:10- アロマビューティーヨガ ★★/美 Hiroko 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	7 ●新月 10:30- フローヨガ STEP1 ★★★/美 Risa 11:40- 12:10- 新月キャンドルヨガ ★/癒 Risa 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	8 定休日	9 10:30- 経絡ヨガ ★★/調 Rie 11:40- 12:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Rie 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	10 10:30- ボディメイクヨガ ★★/調 Erina 11:40- 12:10- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Erina 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	11 10:30- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 K.Mayumi 11:40- 12:10- フローヨガ STEP1 ★★★/美 K.Mayumi 13:20- Close (13:30-15:00) 15:30- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Moeju 16:40- 17:20- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Moeju 18:30-
12 10:30- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Moeju 11:40- 12:10- デトックスヨガ ★/調 Moeju 13:20- Close (13:30-15:00) 15:30- バクティブローヨガビギナー ★★/特 K.Mayumi 16:40- 17:20- キャンドルヨガ ★/癒 K.Mayumi 18:30-	13 10:30- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 Keiko 11:40- 12:10- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Hiroko 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	14 10:30- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Risa 11:40- 12:10- アロマビューティーヨガ ★★/美 Risa 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	15 定休日	16 10:30- ピラティス ★★★/美 Rie 11:40- 12:10- デトックスヨガ ★/調 Rie 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	17 10:30- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Erina 11:40- 12:10- 姿勢改善ヨガ ★★/調 Erina 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	18 10:30- デトックスヨガ ★/調 K.Mayumi 11:40- 12:10- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 K.Mayumi 13:20- Close (13:30-15:00) 15:30- コアヨガ ★★★/美 Moeju 16:40- 17:20- アロマビューティーヨガ ★★/美 Moeju 18:30-
19 10:30- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Moeju 11:40- 12:10- フローヨガ STEP1 ★★★/美 Moeju 13:20- Close (13:30-15:00) 15:30- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 K.Mayumi 16:40- 17:20- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 K.Mayumi 18:30-	敬老の日 20 10:30- 経絡ヨガ ★★/調 Keiko 11:40- 12:10- キレイになるヨガ ★★/美 Hiroko 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	○満月 21 10:30- FRP ベーシック ★★/調 Atsushi 11:40- 12:10- FRP ヨガ ★★★/美 Atsushi 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	22 定休日	秋分の日 23 10:30- アロマビューティーヨガ ★★★/美 Risa 11:40- 12:10- バクティブローヨガビギナー ★★/特 Risa 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	24 10:30- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 Erina 11:40- 12:10- ボディメイクヨガ ★★/調 Erina 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	25 10:30- フローヨガ STEP1 ★★★/美 K.Mayumi 11:40- 12:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 K.Mayumi 13:20- Close (13:30-15:00) 15:30- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Moeju 16:40- 17:20- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Moeju 18:30-
26 10:30- アロマビューティーヨガ ★★/美 Moeju 11:40- 12:10- コアヨガ ★★★/美 Moeju 13:20- Close (13:30-15:00) 15:30- デトックスヨガ ★/調 K.Mayumi 16:40- 17:20- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 K.Mayumi 18:30-	27 10:30- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Keiko 11:40- 12:10- デトックスヨガ ★/調 Hiroko 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	28 10:30- 体が硬い人のためのヨガ ★/調 Atsushi 11:40- 12:10- FRP ベーシック ★★/調 Atsushi 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30	29 定休日	30 10:30- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Rie 11:40- 12:10- 経絡ヨガ ★★/調 Rie 13:20- 営業時間短縮 10:00-13:30		

日	月	火	水	木	金	土
10:30- デトックスヨガ ★/調 Moeju 12:10- アロマビューティーヨガ ★★/美 Moeju Close (13:30-15:00) 15:30- フローヨガ STEP1 ★★★/美 K.Mayumi 17:20- キャンドルヨガ ★/癒 K.Mayumi	新型コロナウイルス対策実施中 感染拡大防止にご協力をお願いします レッスン中もマスク着用をお願いします スタジオ入室前手指消毒の徹底 ご来店前の検温 平熱より高い場合はご遠慮下さい 2mの距離確保 スタジオ内の会話もご遠慮下さい レッスン後は速やかにご帰宅して下さい 換気のため窓を開けてレッスンをしております				10:30- ボディメイクヨガ ★★/調 Erina 12:10- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Erina 営業時間短縮 10:00-13:30	10:30- フローヨガ STEP1 ★★★/美 K.Mayumi 12:10- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 K.Mayumi Close (13:30-15:00) 15:30- 骨盤調整ヨガ ★★★/調 Moeju 17:20- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Moeju
10:30- アロマビューティーヨガ ★★/美 Moeju 12:10- コアヨガ ★★★/美 Moeju Close (13:30-15:00) 15:30- デトックスヨガ ★/調 K.Mayumi 17:20- バクティフローヨガビギナー ★★/特 K.Mayumi	10:30- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 Keiko 12:10- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Risa 営業時間短縮 10:00-13:30	10:30- FRP ベーシック ★★/調 Atsushi 12:10- FRP ヨガ ★★★/美 Atsushi 営業時間短縮 10:00-13:30	●新月	10:30- アロマビューティーヨガ ★★/美 Rie 12:10- デトックスヨガ ★/調 Rie 営業時間短縮 10:00-13:30	10:30- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Erina 12:10- 姿勢改善ヨガ ★★/調 Erina 営業時間短縮 10:00-13:30	10:30- デトックスヨガ ★/調 K.Mayumi 12:10- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 K.Mayumi Close (13:30-15:00) 15:30- コアヨガ ★★★/美 Moeju 17:20- アロマビューティーヨガ ★★/美 Moeju
10:30- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Moeju 12:10- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Moeju Close (13:30-15:00) 15:30- フローヨガ STEP1 ★★★/美 K.Mayumi 17:20- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 K.Mayumi	10:30- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Keiko 12:10- アロマビューティーヨガ ★★/美 Risa 営業時間短縮 10:00-13:30	10:30- 体が硬い人のためのヨガ ★/調 Atsushi 12:10- FRP ベーシック ★★/調 Atsushi 営業時間短縮 10:00-13:30	定休日	10:30- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Rie 12:10- 経絡ヨガ ★★/調 Rie 営業時間短縮 10:00-13:30	10:30- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Erina 12:10- ボディメイクヨガ ★★/調 Erina 営業時間短縮 10:00-13:30	10:30- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 K.Mayumi 12:10- バクティフローヨガビギナー ★★/特 K.Mayumi Close (13:30-15:00) 15:30- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Moeju 17:20- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Moeju
10:30- コアヨガ ★★★/美 Moeju 12:10- デトックスヨガ ★/調 Moeju	10:30- 筋膜リリースヨガ ★/調 Keiko 12:10- フローヨガ STEP1 ★★★/美 Risa 営業時間短縮 10:00-13:30	10:30- FRP ベーシック ★★/調 Atsushi 12:10- ベーシックヨガ ★★/調 Atsushi 営業時間短縮 10:00-13:30	○満月	10:30- ピラティス ★★★/美 Rie 12:10- アロマビューティーヨガ ★★/美 Rie 営業時間短縮 10:00-13:30	10:30- 姿勢改善ヨガ ★★/調 Erina 12:10- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 Erina 営業時間短縮 10:00-13:30	10:30- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 K.Mayumi 12:10- フローヨガ STEP1 ★★★/美 K.Mayumi Close (13:30-15:00) 15:30- アロマビューティーヨガ ★★/美 Moeju 17:20- デトックスヨガ ★/調 Moeju
10:30- フローヨガ STEP1 ★★★/美 Moeju 12:10- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Moeju Close (13:30-15:00) 15:30- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 K.Mayumi 17:20- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 K.Mayumi	10:30- 経絡ヨガ ★★/調 Keiko 12:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Risa 営業時間短縮 10:00-13:30	10:30- FRP ヨガ ★★★/美 Atsushi 12:10- FRP ベーシック ★★/調 Atsushi 営業時間短縮 10:00-13:30	定休日	10:30- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 Risa 12:10- フローヨガ STEP1 ★★★/美 Risa 営業時間短縮 10:00-13:30	10:30- ボディメイクヨガ ★★/調 Erina 12:10- デトックスヨガ ★/調 Erina 営業時間短縮 10:00-13:30	10:30- 首・肩コリ解消ヨガ ★★/調 K.Mayumi 12:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 K.Mayumi Close (13:30-15:00) 15:30- フローヨガ STEP1 ★★★/美 Moeju 17:20- 脳活ヨガ 季節のヨガ ★★/調 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。