

日	月	火	水	木	金	土
●新月 1	2	憲法記念日 3	みどりの日 4	こどもの日 5	6	7
8:00- 朝ヨガ スローフロー ★★/癒 Ayano 9:10- マインドフルネスヨガ ★★/調 Ayano 11:00- ピラティス ★★★/美 Sayoko 13:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayoko 14:50- ★/癒 Sayoko	10:00- ベーシックヨガ ★★★/調 Sayoko 11:10- アロマビューティーヨガ ★★★/美 Sayoko 13:00- 骨盤調整ヨガ ★★★/調 Hiroko 15:20- ヒーリングアロマヨガ ★★★/調 Risa 16:30- リフレッシュフローヨガ ★★★★/美 Risa 21:40- ★/癒 Sayoko	定休日	定休日	定休日	10:00- デトックスヨガ ★/調 Yurie 11:10- FRP 美姿勢 ★★★/美 Yurie 13:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayoko 15:20- コアヨガ ★★★/美 Ayano 16:30- 快眠ヨガ ★/癒 Ayano 20:30- ★/癒 Ayano 21:40- ★/癒 Ayano	8:00- 朝ヨガ スローフロー ★★★/癒 Sayaka 9:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayaka 11:00- やさしいピラティス ★★★/美 Sayoko 13:10- ベーシックヨガ ★★★/調 Sayoko 14:20- ★/癒 Sayoko 15:50- ★/癒 Sayoko 16:00- ★/癒 Sayoko
8	9	10	11	12	13	14
8:00- 朝ヨガ アロマ ★/癒 Ayano 9:10- FRP 歪み調整 ★★/調 Ayano 11:00- ハーバルヨガ ★/癒 Sayaka 13:10- リフレッシュフローヨガ ★★★/美 Sayaka 14:50- ★/癒 Sayoko	10:00- リフレッシュフローヨガ ★★★★/美 Sayoko 11:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayoko 13:00- やさしい FRP ★★★/調 Hiroko 15:20- 腸活ヨガ 季節のヨガ ★★★/調 Risa 16:30- デトックスヨガ ★/調 Risa 20:30- ★/調 Risa 21:40- ★/調 Risa	10:00- デトックスヨガ ★/調 Etsuko 11:10- 骨盤調整ヨガ ★★/調 Etsuko 13:00- マタニティヨガ T.Yuki 15:20- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Yuki 16:30- アロマビューティーヨガ ★★★/美 Sayaka 20:00- やさしい FRP ★★★/調 Sayaka 21:40- ★/調 Sayaka	定休日	10:00- 究極のリラクゼーションヨガ ★/癒 S.mayumi 11:10- バクティフローヨガ ★★★/特 S.mayumi 13:00- 13:30-15:00 close 15:20- 筋膜リリースヨガ ★★★/調 Keiko 16:30- FRP ベーシック ★★★/ Atsushi 20:00- FRP 美尻・美脚 ★★★★/美 Atsushi 21:40- ★/癒 Atsushi	10:00- アロマビューティーヨガ ★★★/美 Yurie 11:10- ベーシックヨガ ★★★/調 Yurie 13:00- リフレッシュフローヨガ ★★★/美 Sayoko 15:20- FRP 歪み調整 ★★★/調 Ayano 20:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Ayano 21:40- ★/癒 Ayano	8:00- 朝ヨガ アロマ ★/癒 Sayaka 9:10- やさしい FRP ★★★/調 Sayaka 11:00- アシュタンガヨガ ★★★★/特 Sayoko 13:10- アロマビューティーヨガ ★★★/美 Sayoko 14:20- ★/癒 Sayoko 15:50- ★/癒 Sayoko 16:00- ★/癒 Sayoko
15	16	17	18	19	20	21
8:00- 朝ヨガ スローフロー ★★★/癒 Ayano 9:10- 骨盤調整ヨガ ★★★/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 14:50- ★/調 Sayaka	○満月 10:00- やさしいピラティス ★★★/美 Sayoko 11:10- ベーシックヨガ ★★★/調 Sayoko 13:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Hiroko 15:20- アロマビューティーヨガ ★★★/美 Risa 20:00- 満月キャンドルヨガ ★/癒 Risa 21:40- ★/癒 Risa	10:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Etsuko 11:10- 美脚ヨガ ★★★/美 Etsuko 13:00- 13:30-14:40 ベビママ産後ヨガ T.Yuki 15:20- 骨盤調整ヨガ ★★★/調 Yuki 16:30- リフレッシュフローヨガ ★★★★/美 Sayaka 20:00- 腸活ヨガ 季節のヨガ ★★★/調 Sayaka 21:40- ★/調 Sayaka	定休日	10:00- リフレッシュフローヨガ ★★★★/美 S.mayumi 11:10- 骨盤調整ヨガ ★★★/調 S.mayumi 13:00- 13:30-15:00 close 15:20- 経絡ヨガ ★★★/調 Keiko 16:30- FRP 腰痛改善 NEW ★★★/調 Atsushi 20:00- FRP ベーシック ★★★/ Atsushi 21:40- ★/癒 Atsushi	10:00- FRP 美姿勢 ★★★/美 Yurie 11:10- デトックスヨガ ★/調 Yurie 13:00- アロマビューティーヨガ ★★★/美 Sayoko 15:20- マインドフルネスヨガ ★★★/調 Ayano 20:00- コアヨガ ★★★/美 Ayano 21:40- ★/癒 Ayano	中村尚人先生 ワークショップ
22	23	24	25	26	27	28
中村尚人先生 ワークショップ	10:00- アロマビューティーヨガ ★★★/美 Sayoko 11:10- リフレッシュフローヨガ ★★★★/美 Sayoko 13:00- デトックスヨガ ★/調 Hiroko 15:20- ハーバルヨガ ★/癒 Risa 16:30- 瞑想を深めるヨガ ★★★/癒 Risa 20:30- ★/癒 Risa 21:40- ★/癒 Risa	10:00- 骨盤調整ヨガ ★★★/調 Etsuko 11:10- 首・肩こり解消ヨガ ★★★/調 Etsuko 13:00- マタニティヨガ T.Yuki 15:20- リフレッシュフローヨガ ★★★★/美 Yuki 16:30- やさしい FRP ★★★/調 Sayaka 20:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayaka 21:40- ★/癒 Sayaka	定休日	10:00- 腸活ヨガ 季節のヨガ ★★★/調 S.mayumi 11:10- 究極のリラクゼーションヨガ ★/癒 S.mayumi 13:00- 13:30-15:00 close 15:20- 首・肩こり解消ヨガ ★★★/調 Keiko 16:30- FRP 美尻・美脚 ★★★★/美 Atsushi 20:00- FRP 腰痛改善 NEW ★★★/調 Atsushi 21:40- ★/癒 Atsushi	10:00- リフレッシュフローヨガ ★★★★/美 Yurie 11:10- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Yurie 13:00- やさしいピラティス ★★★/美 Sayoko 15:20- 美脚ヨガ ★★★/美 Ayano 20:00- FRP 歪み調整 ★★★/調 Ayano 21:40- ★/調 Ayano	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 11:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayoko 13:10- ヨギクアーツ ★★★★/特 Sayoko 14:20- ★/癒 Sayoko 15:50- ★/癒 Sayoko 16:00- ★/癒 Sayoko
29	30	31				
8:00- 朝ヨガ アロマ ★/癒 Ayano 9:10- コアヨガ ★★★/美 Ayano 11:00- やさしい FRP ★★★/調 Sayaka 13:10- アロマビューティーヨガ ★★★/美 Sayaka 14:50- ★/癒 Sayoko	●新月 10:00- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Sayoko 11:10- やさしいピラティス ★★★/美 Sayoko 13:00- キレイになるヨガ ★★★/美 Hiroko 15:20- バクティフローヨガ ★★★/特 Risa 20:00- 新月キャンドルヨガ ★/癒 Risa 21:40- ★/癒 Risa	10:00- 美脚ヨガ ★★★/美 Etsuko 11:10- デトックスヨガ ★/調 Etsuko 13:00- 13:30-14:40 ベビママ産後ヨガ T.Yuki 15:20- ヒーリングアロマヨガ ★/癒 Yuki 16:30- 腸活ヨガ 季節のヨガ ★★★/調 Sayaka 20:00- アロマビューティーヨガ ★★★/美 Sayaka 21:40- ★/癒 Sayaka				

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

