

👇 未経験者におすすめ

- ヨガ 60分、75分
- ピラティス 60分
- ビューティ・ベルヴィス 60分

February 2019

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
A	A	A	A	A	A	A
			定休日			9:30 ~ 10:45 ヨガフロー I アキナ
11:30 ~ 12:45 ヨガフロー II フェイ	11:30 ~ 12:30 バランスボールピラティス ヒロミ	11:30 ~ 12:30 📌 体幹コントロールピラティス I		11:15 ~ 12:15 📌 筋膜ストレッチ 1日)整顔 8日)くびれ 15日)美脚 22日)ビューティ・ベルヴィス アヤコ	10:00 ~ 11:15 📌 ヨガボディ I ユミコ	11:15 ~ 12:15 📌 ビューティ・ベルヴィス キヨコ
13:15 ~ 14:30 ヨガフロー I フェイ	13:00 ~ 14:00 📌 5,19日) アロマヨガ リラックス 12,26日) ヨガリラックス アヤ	13:00 ~ 14:15 📌 ヨガボディ I エリコ		12:45 ~ 14:00 📌 ヨガボディ I 22日) ヨガボディ II ナナエ	11:45 ~ 12:45 📌 ビューティ・ベルヴィス ヨウコ	13:00 ~ 14:15 📌 ヨガボディ I レン
15:00 ~ 16:00 📌 ビューティ・ベルヴィス サエ					13:15 ~ 14:30 2,16日) アロマヨガ フロー I 9,23日) ヨガフロー I ヤスヨ	14:45 ~ 15:45 📌 代謝アップピラティス I マナミ
16:45 ~ 17:45 📌 メンズピラティス (体幹コントロールピラティス I) ハク ※11日のみ					15:00 ~ 16:15 ヨガボディ II 23日) ヨガフロー II ノブ	16:15 ~ 17:15 📌 ヨガリラックス ジュンコ
					17:00 ~ 18:00 📌 体幹コントロールピラティス I ハク	
18:30 ~ 19:45 アロマヨガ フロー I サチ ※11日休講	18:30 ~ 19:30 📌 体幹コントロールピラティス I マサコ	18:30 ~ 19:45 📌 ヨガボディ I ミワ		18:30 ~ 19:30 1,15日) バランスボールピラティス I 8,22日) 代謝アップピラティス I 📌 マミ		
20:15 ~ 21:15 📌 体幹コントロールピラティス I キョウシツ ※11日休講	20:00 ~ 21:15 📌 ヨガボディ I 19日) メンズヨガ マサト	20:15 ~ 21:15 📌 ビューティ・ベルヴィス ニノ		20:00 ~ 21:15 ヨガフロー I マリー		

2月より、営業時間が変わります。  
下記、営業時間をご確認のうえ、お問い合わせください。

-----

【 営業時間 】

月 11:00 ~ 16:30  
18:00 ~ 21:45

火水 11:00 ~ 15:00  
18:00 ~ 21:45

金 10:45 ~ 14:30  
18:00 ~ 21:45

土 9:30 ~ 18:30

日 9:00 ~ 17:45

定休日 : 木曜日

※ご予約、ご見学、各種お手続きは  
上記時間内にお問い合わせください  
※祝日の営業時間につきましては、  
お問い合わせください