

近隣の名古屋グローバルゲートスタジオも
同一料金でご利用いただけます。

📌: 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
 ■ ウェイクアップ 60分
 ■ マタニティ、ママ 60分、75分

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN	
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
		7:30 ~ 8:30 ウェイクアップ (フローI) アケミ		8:30 ~ 9:45 ヨガフロー I マサ						8:15 ~ 9:30 ヨガボディ II ケイコ			
10:45 ~ 12:00 ヨガフロー I ユミコ		10:30 ~ 11:45 📌 ヨガボディ I マレ		10:30 ~ 11:30 📌 ヨガリラククス ミサ	10:30 ~ 11:30 ママヨガ ユミコ	10:45 ~ 11:45 📌 ビューティ・ベルヴィス アヤ	10:30 ~ 11:30 📌 体幹コントロール ピラティス I カオリン	10:30 ~ 11:45 ヨガフロー I ケイコ	10:30 ~ 11:30 📌 姿勢改善ピラティス シマ	10:00 ~ 11:15 ヨガフロー I ケイコ	10:00 ~ 11:00 📌 体幹コントロール ピラティス I チエコ	10:15 ~ 11:15 📌 ビューティ・ベルヴィス チアキ	10:00 ~ 11:15 ヨガフロー II ユウコ
	11:00 ~ 12:00 📌 体幹コントロール ピラティス I レイコ											11:45 ~ 13:00 📌 メンズヨガ (男性限定) (ボディI) シュウ	11:45 ~ 12:45 📌 ヨガリラククス ユウコ
12:30 ~ 13:30 📌 アロマヨガ リラククス (60分) ヤスコ		12:15 ~ 12:45 📌 チェアヨガ ~着替えずにできる30分ヨガ マレ		12:00 ~ 13:00 産後リカバリーヨガ マイコ		12:15 ~ 13:30 📌 ヨガボディ I アケミ	12:15 ~ 13:15 産後リカバリー ピラティス カオリン	12:30 ~ 13:45 (1.15,29日) マタニティヨガ マレ		12:00 ~ 13:00 📌 代謝アップピラティス I (2,16日)カオリン (9,23日)シマ			
		13:30 ~ 14:30 📌 代謝アップピラティス I チエコ		13:45 ~ 14:45 📌 体幹コントロール ピラティス I スマコ				12:30 ~ 13:30 (8,22日) マタニティピラティス カオリン		12:00 ~ 13:00 (30日) 代謝アップピラティス II カオリン			
14:00 ~ 15:00 📌 ビューティ・ベルヴィス チアキ						14:00 ~ 15:00 体幹コントロール ピラティス II チエコ		14:15 ~ 15:30 📌 ヨガボディ I マサ		13:30 ~ 14:30 📌 ヨガリラククス シュウ		13:15 ~ 14:30 📌 ヨガボディ I ユミコ	13:30 ~ 14:30 📌 姿勢改善ピラティス シマ
		15:00 ~ 16:00 📌 ヨガリラククス		15:15 ~ 16:30 📌 ヨガボディ I								15:00 ~ 16:00 📌 体幹コントロール ピラティス I シマ	
		15:00 ~ 16:00 (26日) 📌 ヨガニドラー ~寝たまゝヨガ トモ		15:15 ~ 16:30 (27日) ヨガボディ II ユウコ						15:00 ~ 16:00 📌 ビューティ・ベルヴィス (2,16,30日)アヤ (9,23日)チアキ			
										16:30 ~ 17:30 (2,16,30日) 📌 ベルヴィス・フローダンス アヤ		16:30 ~ 17:45 ヨガフロー I	16:30 ~ 17:45 (31日) ヨガメディテーション シュウ
						17:00 ~ 18:15 📌 ヨガボディ I ユウコ				16:30 ~ 17:30 📌 筋膜ストレッチ くびれ (9日) 美脚 (23日) チアキ		17:00 ~ 18:00 (9,23日) 体幹コントロール ピラティス II レイコ	
18:30 ~ 19:45 📌 ヨガボディ I ケイコ	18:30 ~ 19:30 📌 ビューティ・ベルヴィス チアキ	18:30 ~ 19:45 アヌサラインスパイアド ヨガ II マサ	18:45 ~ 19:45 代謝アップピラティス II シマ	18:30 ~ 19:45 ヨガフロー I マレ	19:00 ~ 20:00 📌 代謝アップピラティス I チエコ	18:45 ~ 19:45 📌 ビューティ・ベルヴィス ユウコ	18:45 ~ 19:45 📌 体幹コントロール ピラティス I シマ	18:45 ~ 19:45 📌 アロマヨガ リラククス (60分) ヤスコ	18:30 ~ 19:45 ヨガフロー II マサ				
20:15 ~ 21:15 📌 体幹コントロール ピラティス I タカヨ	20:00 ~ 21:00 📌 ヨガリラククス アヤ	20:15 ~ 21:15 📌 ビューティ・ベルヴィス ユウコ	20:15 ~ 21:30 アロマヨガ フロー I ユミコ	20:15 ~ 21:30 📌 ヨガボディ I マレ		20:15 ~ 21:30 アヌサラインスパイアド ヨガ I ユミコ	20:15 ~ 21:15 📌 ヨガリラククス シュウ	20:15 ~ 21:30 ヨガボディ II マサ					