

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
07:30 ~ 08:30 ウェイクアップ (アシュタンガヨガI) トモヒロ	07:30 ~ 08:30 📌 ウェイクアップ (体幹コントロールピラティスI) マサコ	07:30 ~ 08:30 📌 ウェイクアップ  (ビューティ・ベルヴィス) キョウコ	07:30 ~ 08:30 ウェイクアップ (ヨガボディII) ツノチエ 21日休講	07:30 ~ 08:30 ウェイクアップ (ヨガフローI) カオリ	09:30 ~ 10:45 ヨガフローI アヤ	9:30 ~ 10:30 📌 体幹コントロールピラティスI 10.24日 体幹コントロールピラティスII ヒロコ
	09:30 ~ 10:45 📌 ヨガボディI リカ 26日フローI		【21日祝日特別クラス】 9:30 ~ 10:45 アロマヨガフローI タカコ		10:00 ~ 11:15 ヨガフローI ノノミ 29日代講	
10:45 ~ 12:00 ヨガフローI ヨリコ 18.25日代講		11:00 ~ 12:15 ヨガフローI ヒロ	11:15 ~ 12:15 📌 代謝アップピラティスI 13.27日 体幹コントロールピラティスI イクコ	10:30 ~ 11:45 📌 ヨガボディI アキコ 7.14日代講 21日休講		11:00 ~ 12:15 アシュタンガヨガI 10.24日アシュタンガII アズサ
12:15 ~ 13:30 ヨガフローII ヤスヨ	11:15 ~ 12:15 産後リカバリーヨガ リカ	12:15 ~ 12:45 📌 チェアヨガ ~ 着替えずにできる30分ヨガ マリコ	12:30 ~ 13:30 📌 ヨガリラックス ヒロ	【21日祝日特別クラス】 11:15 ~ 12:30 ヨガフローII フェイ	12:15 ~ 12:45 📌 チェアヨガ ~ 着替えずにできる30分ヨガ フミ 1.22日代講	11:30 ~ 12:30 📌 11:30 ~ 12:30 📌 代謝アップピラティスII ジビ
	13:00 ~ 14:15 マタニティヨガ マリコ	13:30 ~ 14:30 📌 エクササイズローラーピラティス レナ 12日姿勢改善ピラティス		13:15 ~ 14:15 ジャイロキネシス ヤスヨ	12:30 ~ 13:45 ヨガボディII リカ 16.30日代講	12:45 ~ 14:00 ヨガボディI 10.24日 ヨガフローI アズサ
14:00 ~ 15:00 📌 ヨガリラックス ユカリ	14:45 ~ 16:00 ヨガメディテーション タダヒコ	14:45 ~ 16:00 アロマヨガフローI キコ	【時間変更】 14:30 ~ 15:30 📌 体幹コントロールピラティスI マユ	14:30 ~ 15:30 📌 体幹コントロールピラティスI ヤスヨ	13:00 ~ 14:00 📌 アロマヨガリラックス (60分) カヨ	【17日特別開催】 13:00 ~ 14:00 📌 筋膜ストレッチ美脚 ミワ
		16:15 ~ 17:15 📌 アロマヨガリラックス (60分) カヨ	16:15 ~ 17:30 📌 ヨガボディI ノブ	16:00 ~ 17:15 ヨガメディテーション 28日 ヨガニドラー (60分) リー	13:15 ~ 14:30 マタニティヨガ フミ 1.22日代講	14:30 ~ 15:30 📌 代謝アップピラティスI 10.24日 体幹コントロールピラティスI サトミ
				16:00 ~ 17:00 📌 ヨガリラックス ユカリ	14:00 ~ 15:00 📌 エクササイズローラーピラティス 23日 体幹コントロールピラティスI マミ 23日代講	14:30 ~ 15:30 📌 代謝アップピラティスI 10.24日 体幹コントロールピラティスI サトミ
					15:00 ~ 16:00 📌 ヨガリラックス ユカリ	16:00 ~ 17:00 📌 ヨガリラックス ミスハ 31日代講
					17:00 ~ 18:00 📌 ビューティ・ベルヴィス 9日フローダンス ミワ	【9日のみ開催】 17:45 ~ 19:00 ヨガボディI ヤスシ
18:15 ~ 19:15 📌 体幹コントロールピラティスI マユ	18:30 ~ 19:30 📌 ビューティ・ベルヴィス エツコ	18:15 ~ 19:30 ヨガフローII リー	18:15 ~ 19:15 📌 ビューティ・ベルヴィス マサコ	18:00 ~ 19:15 📌 ヨガボディI 14.28日 ヨガフローI キミ 21日休講	18:30 ~ 19:45 ヨガフローII アズサ 1日 メディテーション	18:30 ~ 19:45 アロマヨガフローI ヤスヨ 9日代講
19:30 ~ 20:45 📌 ヨガボディI 25日 ヨガフローI ヤスシ 11.18.25日代講	19:45 ~ 20:45 📌 ヨガリラックス 25日 ヨガニドラー レン	19:45 ~ 21:00 📌 ヨガニドラー ~ 鷹太まんまヨガ 12.26日 メディテーション (75分) リー	19:45 ~ 21:00 体幹コントロールピラティスI ラム 26日代講	19:30 ~ 20:45 📌 ヨガボディII 28日 メディテーション キミ 21日休講	19:45 ~ 20:45 📌 ビューティ・ベルヴィス 7日筋膜ストレッチ整頭 14日筋膜ストレッチくびれ 28日筋膜ストレッチ美脚 ナオミ 21日休講	18:30 ~ 19:45 アロマヨガリラックス (60分) カズエ
		19:30 ~ 20:30 📌 ヨガリラックス ミスハ	19:45 ~ 21:00 ヨガボディIII 13.27日 ヨガフローIII リツコ		20:00 ~ 21:00 📌 体幹コントロールピラティスI ノブオ	

急なクラスの変更や代講、休講になることがございます。  
 詳細はweb予約フォームでご確認の上、ご来店をお願い致します。