

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN	
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
								10:30 ~ 11:45 アシュタンガヨガ I 11.25日) アシュタンガヨガ II トモヒロ					
11:00 ~ 12:15 ヨガボディ II ユカリ	12:00 ~ 13:00 📍 筋膜ストレッチ ~ 1日) 整顔 8日) くびれ 15日) 美脚 22.29日) ビューティ・ベルヴィス ニノ	11:00 ~ 12:15 アロマヨガ フロー I カヨ		11:30 ~ 12:45 アロマヨガ フロー I キコ 3日) 代講		11:00 ~ 12:00 バランスボールピラティス レナ		今月のみクラス変更あり 11:30 ~ 12:30 📍 エクササイズローラーピラティス 12.19.26日) 姿勢改善ピラティス ヒロコ 5.12.19.26日) 代講	クラス, 時間変更あり 11:00 ~ 12:15 📍 ヨガボディ I サイコ	11:00 ~ 12:15 ヨガフロー I カヨ	11:00 ~ 12:00 ジャイロキネシス ヤスヨ	11:00 ~ 12:00 体幹コントロール ピラティス II ヤスヨ	11:30 ~ 12:30 📍 ヨガリラックス フェイ
祝日のみクラス変更あり 13:00 ~ 14:00 📍 体幹コントロールピラティス I 29日) はじめてのピラティス 📍 マユ		13:00 ~ 14:00 📍 ヨガリラックス カヨ		13:15 ~ 14:15 体幹コントロールピラティス I 📍 24日) 体幹コントロールピラティス II ヨウコ			4月 ~ 新しいクラス 12:15 ~ 13:30 アロマヨガ フロー I ヤスヨ 4日) 代講		クラス変更あり 12:45 ~ 14:00 ヨガフロー I サイコ	12:30 ~ 13:30 📍 ヨガリラックス カヨ		12:30 ~ 13:45 ヨガフロー II トモ	13:15 ~ 14:15 📍 体幹コントロールピラティス I キョンシツ
	14:30 ~ 15:30 マタニティピラティス マユ	時間変更あり 15:00 ~ 16:00 📍 ビューティ・ベルヴィス 30日) 筋膜ストレッチ ~ くびれ ミワ			14:30 ~ 15:30 📍 ヨガリラックス サナ	14:00 ~ 15:00 産後リカバリーピラティス サオリ	14:30 ~ 15:45 マタニティヨガ ミツホ		15:00 ~ 16:00 📍 ヨガリラックス カヨ	14:00 ~ 15:00 📍 体幹コントロールピラティス I サトミ	13:30 ~ 14:45 📍 ヨガボディ I マユミ	14:15 ~ 15:30 ヨガフロー I チヒロ	14:45 ~ 16:00 アロマヨガ フロー I キコ
祝日のみ時間変更あり 16:00 ~ 17:00 バランスボールピラティス 29日) 14:45 ~ 15:45 ヤスヨ	16:15 ~ 17:15 📍 ヨガリラックス ハッチ	16:30 ~ 17:30 体幹コントロールピラティス II イクコ				16:15 ~ 17:30 📍 ヨガボディ I カコ 18日) 代講		16:15 ~ 17:15 📍 筋膜ストレッチ ~ 5日) 整顔 12日) くびれ 19日) 美脚 26日) ビューティ・ベルヴィス キョウコ		15:30 ~ 16:30 代謝アップピラティス I 📍 27日) 代謝アップピラティス II サトミ	15:15 ~ 16:30 ヨガメディテーション ハッチ	15:45 ~ 16:45 📍 ビューティ・ベルヴィス 7日) ニノ 14.28日) ナオミ 21日) フローダンス (ニノ)	16:30 ~ 17:30 📍 ヨガニドラー ~寝たまんまヨガ キコ
				<b>受付開始時間は 17:45~となります。</b>						16:45 ~ 17:45 📍 ヨガリラックス ヤスヨ 27日) 代講	17:00 ~ 18:15 ヨガフロー II ハッチ		
18:30 ~ 19:45 アロマヨガ フロー I アッコ 29日) 休講	19:15 ~ 20:15 📍 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 ニノ 29日) 休講	18:30 ~ 19:30 体幹コントロールピラティス I 📍 9.23日) 体幹コントロールピラティス II イクコ 30日) 休講	18:45 ~ 19:45 📍 ビューティ・ベルヴィス 23日) 筋膜ストレッチ ~ 美脚 キヨコ 30日) 休講	18:30 ~ 19:45 ヨガフロー II カヨ	18:30 ~ 19:30 ヨガリラックス 📍 24日) 18:30 ~ 19:45 ヨガメディテーション カコ 17日) 代講	クラス変更あり 18:45 ~ 19:45 📍 ビューティ・ベルヴィス キョウコ	18:30 ~ 19:45 ヨガフロー II アキラ	18:30 ~ 19:30 📍 体幹コントロールピラティス I ヒロト	時間変更あり 18:45 ~ 20:00 ヨガフロー I ユカリ				
20:00 ~ 21:15 ヨガフロー II マユミ 29日) 休講		20:00 ~ 21:15 📍 ヨガボディ I ハッチ 30日) 休講		20:00 ~ 21:00 📍 アロマヨガ リラックス (60分) カヨ		20:15 ~ 21:15 📍 エクササイズローラーピラティス 11.25日) 姿勢改善ピラティス アユミ	20:00 ~ 21:15 ヨガフロー I アキラ	19:45 ~ 21:00 アシュタンガヨガ I 12.26日) アシュタンガヨガ II トモヒロ	クラス, 時間変更あり 20:15 ~ 21:30 📍 リストラティブヨガ ユカリ				

急なクラス変更や代講、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、  
ご来店をお願いいたします。