

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT	SUN
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	A
											8:00 ~ 9:15 アシュタンガヨガⅠ アシュタンガヨガⅡ (26日) マツコ
11:00 ~ 12:15 フローⅠ ヤエ		11:00 ~ 12:00 アロマ リラックス👉 カオ		11:00 ~ 12:00 リラックス👉 ジュン	11:30 ~ 12:30 産後リカバリー・ヨガ (15,29日) 11:30 ~ 12:45 マタニティ・ヨガ (8,22日) アイス	11:15 ~ 12:30 ボディⅠ👉 ヒロミ		11:00 ~ 12:15 ボディⅠ👉 カオ		11:00 ~ 12:15 アロマ フローⅠ トモ	9:45 ~ 11:00 ボディⅠ👉 ヒロミ
12:45 ~ 13:45 ベルヴィス・ フローダンス👉(13,27 日) ビューティ・ ベルヴィス👉(20日) ユミ		12:15 ~ 13:15 ビューティ・ ベルヴィス👉 筋膜ストレッチくび れ(28日) ハツミ		12:15 ~ 13:15 体幹コントロール ピラティスⅠ👉 ナナ		13:00 ~ 14:00 代謝アップ ピラティスⅠ👉 代謝アップ ピラティスⅡ(16日) ハルカ		12:45 ~ 13:45 体幹コントロール ピラティスⅠ👉 体幹コントロール ピラティスⅡ(31日) ハルカ		12:45 ~ 13:45 ビューティ・ ベルヴィス👉 ユウコ	11:30 ~ 12:30 体幹コントロール ピラティスⅠ👉 はじめてのピラティ ス👉(26日) ナナ
14:00 ~ 15:00 リラックス👉 ユミ		13:45 ~ 15:00 ボディⅠ👉 マツコ		13:30 ~ 14:45 ボディⅠ👉 マーク		14:30 ~ 15:30 アロマ リラックス👉 14:30 ~ 15:45 リストラティブヨガ(30日) カオリ		14:00 ~ 15:00 リラックス👉 トム		14:15 ~ 15:30 ボディⅠ👉 ロミ	13:00 ~ 14:15 フローⅡ (5,19日) アロマ フローⅠ (12,26日) カオリ
										16:00 ~ 17:00 リラックス👉 モミ	14:45 ~ 15:45 ヨガニドラー👉 (5,19日) ロミ リラックス👉 (12,26日) カオリ
19:00 ~ 20:15 フローⅠ モミ	18:45 ~ 19:45 ビューティ・ ベルヴィス👉 ユウコ	18:30 ~ 19:45 ボディⅠ👉 トモ	19:00 ~ 20:15 ボディⅡ (7,21日) フローⅡ (14,28日) ロミ	18:30 ~ 19:45 ボディⅠ👉 (8,22日) フローⅠ (15,29日) カオ	19:00 ~ 20:00 ビューティ・ ベルヴィス👉 ユウコ	18:45 ~ 20:00 ボディⅡ (16,30日) フローⅡ (9,23日) ヤエ	18:30 ~ 19:30 代謝アップ ピラティスⅠ👉 代謝アップ ピラティスⅡ(30日) ナナ	18:45 ~ 20:00 フローⅠ (10日) ボディⅠ👉 (17,31日) ロミ	18:45 ~ 19:45 ビューティ・ ベルヴィス👉 ユウコ	17:30 ~ 18:30 体幹コントロール ピラティスⅠ👉 ハルカ	
				20:15 ~ 21:15 アロマ リラックス👉 カオリ		20:15 ~ 21:15 リラックス👉 ロミ		代講・休講・休日スケジュールは スタジオにて掲示されている一覧表をご覧ください。			