



- ヨガ(Yoga) 60分、75分
- ピラティス (Pilates) 60分
- ビューティ・ベルヴィス (Beauty pelvis) 60分
- 👉: 未経験者におすすめ (for beginner)

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
21日のみ)9:15 ~ 10:30 ヨガ フロー II マユミ					9:30 ~ 10:45★ ヨガ フロー II ナオ	9:00 ~ 10:15 👉 ヨガ ビギナー ユウコ

9月の店休日
2日(水)、8日(火)

11:00 ~ 12:15 7日,21日)ヨガ ビギナー👉 14日,28日)ヨガ フロー I マユミ	11:00 ~ 12:15 ヨガ アライメント I カコ 8日)休講	11:00 ~ 12:00 👉 ビューティ・ベルヴィス ユウコ 2日)休講	11:00 ~ 12:15 アロマヨガ フロー I ミワ	11:00 ~ 12:15 👉 ヨガ ビギナー ミヅホ	11:15 ~ 12:30 ヨガ フロー I 26日)はじめてのヨガ👉 ナオ	10:45 ~ 11:45★👉 ビューティ・ベルヴィス キョウコ
21日のみ)12:45 ~ 13:45 👉 アロマヨガ リラックス アキコ	12:45 ~ 14:00 ヨガ フロー I カコ 8日)休講	12:45 ~ 13:45 👉 ヨガ リラックス アキコ 2日)休講				
			13:00 ~ 14:00 👉 代謝アップピラティス I タケマサ	12:45 ~ 13:45★👉 ヨガ リラックス ミヅホ	13:00 ~ 14:00★👉 ピラティス ビギナー レナ	13:00 ~ 14:15 アロマヨガ フロー I ヤッコ
14:30 ~ 15:30 代謝アップピラティス I👉 21日のみ) 代謝アップピラティス II マリエ		14:15 ~ 15:30★ アロマヨガ フロー I ヤッコ 2日)休講			14:30 ~ 15:45 【NEW】 ヨガ フロー I シュリ	
	15:00 ~ 16:15 👉 ヨガ ビギナー ヨシミ 8日)休講		15:00 ~ 16:00 アロマヨガ リラックス👉 ユミコ	15:00 ~ 16:00 👉 ピラティス ビギナー トモヒロ	16:15 ~ 17:15★👉 ヨガ リラックス ミツコ	14:45 ~ 15:45★👉 ヨガ リラックス ヤッコ

※ 朝・夕方 1 番目のクラスは、清掃等のOPEN準備のため、クラス開始30分前から受付開始となります。
※ 急な代講、クラス変更となる場合があります。詳細は予約画面のスケジュールでご確認ください。

★クラス開始時間が変更となりました。
ご来店の際は、ご注意ください。

18:30 ~ 19:30 7日)ビューティ・ベルヴィス👉 14日,28日) ベルヴィス・フロアダンス ナオミ 21日)休講	18:30 ~ 19:30 👉 ピラティス ビギナー タッチ 8日,22日)休講	18:30 ~ 19:45 👉 ヨガ ビギナー ユキコ 2日)休講	18:30 ~ 19:45 3日,17日) ヨガ フロー I 10日,24日) ヨガ フロー II ミワ	18:30 ~ 19:30 👉 4日)筋膜ストレッチ~美脚~ ビューティ・ベルヴィス キョウコ
	20:00 ~ 21:15 👉 ヨガ ビギナー ミズハ 8日,22日)休講	20:15 ~ 21:15 👉 ヨガ リラックス ユキコ 2日)休講		20:00 ~ 21:00 👉 アロマヨガ リラックス ミズハ

※天候などの影響により、クラス内容やインストラクターが変更になる場合がございます。
Due to the effects of weather, class content and instructors are subject to change.