

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) カオリ										
				10:00 ~ 11:00 📌 アロマヨガ リラックス (60分) ヤスヨ 2日) 代講				クラス変更 10:30 ~ 11:45 アシュタンガヨガI 10,24日) アシュタンガヨガII トモヒロ						
11:00 ~ 12:15 ボディ II ユカリ	11:30 ~ 12:30 📌 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 2日) 代講	11:00 ~ 12:00 バランスボールピ ラティス レナ		11:30 ~ 12:30 📌 エクササイズロー ラーピラティス 25日) 姿勢改善ピラ ティス ヒロコ 4日) 代講	11:00 ~ 12:00 ママヨガ サイコ ! 4日のみ変更! 11:00~12:15 ボディ I 代講	11:00 ~ 12:15 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 13日) 代講	11:30 ~ 12:30 📌 リラックス フェイ			
13:00 ~ 14:00 📌 体幹コントロール ピラティス I マユ		13:00 ~ 14:00 📌 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 ヨウコ					12:45 ~ 14:00 フロー I サイコ 4日) 代講	12:30 ~ 13:30 📌 リラックス カヨ		12:30 ~ 13:45 ボディ II 13,27日) ボディ I 📌 トモ 6,13日) 代講	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	14:45 ~ 16:00 📌 ボディ I サナ	14:45 ~ 15:45 📌 ビューティ・ベル ヴィス 29日) 筋膜ストレッチ 〜美脚 ミワ	14:00 ~ 15:00 産後リカバリー・ ピラティス ヒロコ	14:30 ~ 15:45 マタニティ・ヨガ ミヅホ ! 3日のみ変更! ボディ I 代講			15:00 ~ 16:00 📌 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 📌 ボディ I マユミ	14:15 ~ 15:30 フロー I チヒロ 6日) 代講	14:45 ~ 16:00 アロマヨガ フローI キコ		
16:00 ~ 17:00 バランスボールピ ラティス ヤスヨ 14日) 代講	16:45 ~ 17:45 📌 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		16:30 ~ 17:45 ボディ I 📌 31日) フロー I カコ		16:15 ~ 17:15 📌 筋膜ストレッチ〜 4日) 整顔 11日) くびれ 18日) 美脚 25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 📌 26日) 代謝アップピ ラティス II サトミ	15:15 ~ 16:30 メディテーション ハッチ	16:15 ~ 17:15 📌 ビューティ・ベル ヴィス 6,20日) ニノ 13日) ナオミ 27日) フロアダンス (ナオミ)	16:30 ~ 17:30 📌 ヨガニドラー (櫻たままよ ガ) キコ 27日) 休講		
										16:45 ~ 17:45 📌 リラックス ヤスヨ	17:15 ~ 18:30 フロー II ハッチ			
18:30 ~ 19:45 アロマヨガ フローI アツコ 14日) 代講	19:30 ~ 20:30 📌 ビューティ・ベル ヴィス ニノ	18:30 ~ 19:30 体幹コントロールピ ラティス I 📌 8,22日) 体幹コン ロールピラティス II イクコ	18:45 ~ 19:45 📌 ビューティ・ベル ヴィス 22,29日) 筋膜ス トレッチ〜美脚 キョウコ	18:30 ~ 19:45 フロー II カヨ	18:30 ~ 19:30 リラックス 📌 30日) 18:30~19:45 メディテーション カコ	18:45 ~ 19:45 📌 筋膜ストレッチ〜 10日) くびれ 17日) 美脚 24,31日) ビューティ・ ベルヴィス ノリコ 3日) 休講	18:30 ~ 19:45 フロー II アキラ 3日) 休講	18:30 ~ 19:30 代謝アップピラ ティス I 📌 11,25日) 代謝アッ プピラティス II アユミ 4日) 休講	18:45 ~ 20:00 フロー I ユカリ 4日) 休講	<p>5月3日(木)、4日(金)は祝日スケジュールです。</p> <p>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。</p>				
20:00 ~ 21:15 ボディ II マミ		20:00 ~ 21:15 📌 ボディ I ハッチ		20:00 ~ 21:00 📌 アロマヨガ リラッ クス (60分) カヨ		クラス変更 20:15 ~ 21:15 📌 エクササイズロー ラーピラティス アユミ 3日) 休講	20:00 ~ 21:15 フロー I アキラ 3日) 休講	19:45 ~ 21:00 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 4日) 休講	20:15 ~ 21:15 📌 リラックス ユカリ 4日) 休講					