

	月	火	水	木	金	土	日
10:00							
11:00						【女性限定】ピラティス 10:30～11:30 丸山 啓子	【女性限定】ベーシックヨガ 10:45～11:30 図師 めぐみ
12:00	【女性限定】ビューティモヨガ 11:15～12:15 HAYAMI	【女性限定】ベーシックヨガ 11:20～12:05 図師めぐみ		【女性限定】ベーシックヨガ 11:00～11:45 図師 めぐみ	【女性限定】リンパヨガ 11:15～12:15 滞瀧葵麗		
13:00	【女性限定】ベーシックヨガ 13:00～13:45 渡邊 美穂			【女性限定】リラックスヨガ 12:30～13:30 YO-KO	【女性限定】骨盤ヨガ 12:40～13:40 滞瀧葵麗	【女性限定】ベーシックヨガ 12:00～12:45 庄 愛子	【女性限定】リラックスヨガ 12:00～13:00 Mari
14:00		【女性限定】リラックスヨガ 13:30～14:30 片岡 智美					【女性限定】ベーシックヨガ 13:30～14:15 Mari
15:00	【女性限定】骨盤ヨガ 14:10～15:10 Hiromi			【女性限定】骨盤ヨガ 14:00～15:00 YO-KO	【女性限定】リンパヨガ 14:20～15:20 安在 美和	【女性限定】ビューティモヨガ 14:40～15:40 MIWAKO	【女性限定】骨盤ヨガ 15:00～16:00 柿沼 友香
16:00		【女性限定】ビューティモヨガ 15:00～16:00 片岡 智美		【女性限定】ベーシックヨガ 15:30～16:15 関 有恵			
17:00						【女性限定】リラックスヨガ 16:10～17:10 MIWAKO	
18:00						【女性限定】骨盤ヨガ 18:00～19:00 Hiromi	
19:00	【女性限定】ベーシックヨガ 18:55～19:40 石島 彩	【女性限定】リラックスヨガ 18:40～19:40 Jun		【女性限定】ベーシックヨガ 18:55～19:40 Mari	【女性限定】ビューティモヨガ 18:40～19:40 かおり		
20:00	【女性限定】骨盤ヨガ 20:00～21:00 石島 彩	【女性限定】ビューティモヨガ 20:00～21:00 Jun		【女性限定】リンパヨガ 20:00～21:00 福田 泰子	【女性限定】骨盤ヨガ 20:00～21:00 かおり		
21:00							
22:00	【女性限定】ベーシックヨガ 21:20～22:05 図師 めぐみ	【女性限定】ベーシックヨガ 21:20～22:05 浦田 めぐみ		【女性限定】ピラティス 21:20～22:20 福田 泰子	【女性限定】リラックスヨガ 21:20～22:20 かおり		