

	月	火	水	木	金	土	日
10:00							
11:00		HOT骨盤スリム 10:30～11:15 岡田 千津留	HOTリンパヨガ 10:45～11:45 shiho		HOTベーシックヨガ 10:45～11:30 加藤 美彩	HOTリラックスヨガ 10:30～11:30 金子 守男	HOTピラティス 10:30～11:15 吉村 有理菜
12:00	HOT骨盤ヨガ 11:35～12:35 桜井 美恵						
13:00		HOT リンパヨガ 12:45～13:30 Mamii			HOTリラックスヨガ 12:30～13:30 Shiho		
14:00			HOTベーシックヨガ 13:30～14:30 Yuuka			HOTベーシックヨガ 13:15～14:00 keiko	
15:00							HOTベーシックヨガ 14:30～15:30 金子 守男
16:00							
17:00							
18:00							HOTリラックスヨガ 17:30～18:30 金子 守男
19:00							
20:00	HOTピラティス 19:30～20:15 川口 八重子					HOTリンパヨガ 19:10～20:10 Mamii	
21:00			HOTリンパヨガ 20:10～20:55 Yuka		HOTリラックスヨガ 20:15～21:00 Yuuka		
22:00		HOTベーシックヨガ 21:10～21:55 Shiho	HOTリラックスヨガ 21:15～22:00 桜井 美恵				