



Class Schedule

2017.10~

	Monday 月曜日	Tuesday 火曜日	Wednesday 水曜日	Thursday 木曜日	Friday 金曜日	Saturday 土曜日	Sunday 日曜日	
10:00								10:00
11:00	11:00~12:15 空中ヨガ& 骨盤調整 (Lily) ★★★★★	10:45~12:00 空中ヨガ& ストレッチ (kayano) ★★★★★	10:30~11:30 子ども同伴OK! ママのためのヨガ (Tacco) ★★★★★	11:00~12:15 空中ヨガ& 骨盤調整 (chihana) ★★★★★	10:30~11:30 モーニングヨガ (吉橋扶実子) ★★★★★	10:30~11:30 ハタヨガ ベーシック (Yuki.K) ★★★★★	10:30~11:45 空中ヨガ& 骨盤調整 (mayumi) ★★★★★	11:00
12:00			11:45~12:45 美アップヨガ (Tacco) ★★★★★		11:45~12:45 楽体(らくだ) (Keiko) ★★★★★	11:45~12:45 アクティブ フローヨガ (Yuki.K) ★★★★★		12:00
13:00	13:00~14:00 姿勢改善ヨガ (Miki) ★★★★★	12:30~13:30 パワーヨガ (宮城由香) ★★★★★	13:15~14:30 空中ヨガ& 骨盤調整 (Lily) ★★★★★	13:00~14:00 slow flow (TOMO) ★★★★★	13:00~14:15 空中ヨガ& リラックス (田中ゆり) ★★★★★	13:00~14:15 空中& リリースヨガ (AKIKO) ★★★★★	12:15~13:15 ハタフローヨガ (nao) ★★★★★	13:00
14:00	14:15~15:15 ヴィンヤサヨガ (ASAMI) ★★★★★	14:00~15:00 アロマリラックス ヨガ (KUNA) ★★★★★		14:15~15:15 カラダ調整ヨガ (ayano) ★★★★★			13:30~14:30 はじめての ベリーダンス (Rio) ★★★★★	14:00
15:00			15:00~16:00 フラダンス (坪井なぎさ) ★★★★★	15:30~16:30 フローヨガ (ayano) ★★★★★	14:45~15:45 ストレッチ& ピラティス (Chisato) ★★★★★	14:45~15:45 キッズヨガ (YUKI.D) ★★★★★		15:00
16:00	16:00~17:15 空中ヨガ& ストレッチ (中島史恵) ★★★★★	10月より時間変更 15:30~16:30 リンパ デトックスヨガ (mico) ★★★★★			16:00~17:00 ヴィンヤサコア フォーカス (高野真利) ★★★★★	16:00~17:00 ビューティー パワーヨガ (YUKI.D) ★★★★★	10月より時間変更 15:15~16:30 空中ヨガ& デトックスヨガ (megumi) ★★★★★	16:00
17:00		10月より時間変更 16:45~17:45 ヴィンヤサヨガ (MAIMAI) ★★★★★	16:45~17:45 コアトレ& ストレッチヨガ (山瀬よしみ) ★★★★★	17:00~18:00 ベリーダンス (tahia) ★★★★★			10月より時間変更 17:00~18:00 アロマヨガ (小松ひとみ) ★★★★★	17:00
18:00	18:00~19:00 楽体(らくだ) (Keiko) ★★★★★		18:00~19:00 ヴィンヤサヨガ (KANAÉ) ★★★★★		18:00~19:00 骨盤ヨガ (首藤瑞希) ★★★★★			18:00
19:00				19:00~20:15 空中ヨガ& 骨盤調整 (Yuko) ★★★★★				19:00
20:00	19:15~20:15 空中ヨガ& ボディバランス (AKIKO) ★★★★★	19:00~20:15 空中ヨガ& 骨盤調整 (Rie) ★★★★★	19:15~20:15 子宮ヨガ (Kie) ★★★★★		10月より スタート 19:15~20:30 空中ヨガ& マインドフルネス (yoshiko) ★★★★★			20:00

★……レッスンの難易度を表しています。

※レッスン内容は、予告をさせて頂いた上で変更となる場合がございます。

なお、変更につきましては、店頭及びWEBサイト上にて告知をさせていただきます。予めご了承ください。