

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT	SUN
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	A
代講・休講・休日スケジュールはスタジオにて掲示されている一覧表をご覧ください。											
10:45 ~ 12:00 フロー I ヤエ		10:45 ~ 11:45 リラックス ♡ ヨガニドラー ♡ 27日) カオ		10:30 ~ 11:30 リラックス ♡ カオ	11:30 ~ 12:30 産後リカバリー・ ヨガ アイス	11:00 ~ 12:15 ボディ I ♡ ヒロミ		11:00 ~ 12:00 体幹コントロール ピラティス I ♡ 体幹コントロール ピラティス II 30日) ハルカ	11:00 ~ 12:00 マタニティ・ピラティス 2,16日) 産後リカバリー・ ピラティス 9,23日) アサミ	11:00 ~ 12:15 アロマヨガ フロー I トモ	8:00 ~ 9:15 アシュタンガヨガ I アシュタンガヨガ II 25日) マツコ
12:30 ~ 13:30 体幹コントロール ピラティス I ♡ ナナ		12:15 ~ 13:15 ビューティ・ ベルヴィス ♡ ハツミ		12:00 ~ 13:00 体幹コントロール ピラティス I ♡ ナナ		13:00 ~ 14:00 代謝アップ ピラティス I ♡ 代謝アップ ピラティス II 8日) ハルカ		12:30 ~ 13:30 ビューティ・ ベルヴィス ♡ ユウコ	13:00 ~ 14:00 ママヨガ 9,23日のみ) ユミ	12:45 ~ 14:00 ボディ I ♡ はじめてのヨガ ♡ 17日) アイス	9:45 ~ 11:00 ボディ I ♡ ヒロミ
14:00 ~ 15:00 リラックス ♡ ユミ		13:45 ~ 15:00 フロー I マツコ		13:30 ~ 14:30 ビューティ・ ベルヴィス ♡ ハツミ	13:15 ~ 14:30 マタニティ・ ヨガ アイス	14:30 ~ 15:30 アロマヨガ リラックス (60分) ♡ 14:30 ~ 15:45 リストラティブヨガ 8日) カオリ		14:00 ~ 15:15 フロー I 2,16,30日) ボディ I ♡ 9,23日) カオ		14:30 ~ 15:30 リラックス ♡ ロミ	13:00 ~ 14:15 フロー II 4,18日) アロマヨガ フロー I 11,25日) カオリ
								18:00 ~ 18:30 チェアヨガ ~ 着替えずに できる30分ヨガ ♡ 2,16,30日) カオ 9,23日) ロミ		16:00 ~ 17:00 ビューティ・ ベルヴィス ♡ ユウコ	14:45 ~ 15:45 ヨガニドラー ♡ 4,18日) ロミ リラックス ♡ 11,25日) カオリ
19:00 ~ 20:15 フロー I モミ	18:45 ~ 19:45 体幹コントロール ピラティス I ♡ 5,19日) アサミ ビューティ・ベルヴィス ♡ 12,26日) ユウコ	18:30 ~ 19:45 ボディ I ♡ トモ		18:30 ~ 19:45 ボディ I ♡ 7日) ロミ フロー I 14,28日) カオ	19:00 ~ 20:00 ビューティ・ ベルヴィス ♡ ユウコ	18:45 ~ 20:00 ボディ II 1,15,29日) フロー II 8,22日) ヤエ	18:30 ~ 19:30 体幹コントロール ピラティス I ♡ ナナ	19:00 ~ 20:15 メディテーション 2,16,30日) カオ ボディ I ♡ 9,23日) ロミ	18:45 ~ 19:45 体幹コントロール ピラティス I ♡ 体幹コントロール ピラティス II 30日) ナナ	17:30 ~ 18:30 体幹コントロール ピラティス I ♡ アサミ	
				20:15 ~ 21:15 アロマヨガ リラックス (60分) ♡ カオリ			19:45 ~ 20:45 リラックス ♡ 1,15,29日) ヨガニドラー ♡ 8,22日) ロミ				