

LESSON PROGRAM

スケジュール期間：2018年04月～2018年04月

	MON(月曜日)	TUE(火曜日)	WED(水曜日)	THU(木曜日)	FRI(金曜日)	SAT(土曜日)	SUN(日曜日)
	スタジオA	スタジオA	スタジオA	スタジオA	スタジオA	スタジオA	スタジオA
9:00	MON 09	TUE 09	WED 09	THU 09	FRI 09	SAT 09	SUN 09
30							
10:00	MON 10 9:45～10:45 陰陽ヨガ★★ (定員25名)yuuki	TUE 10 9:45～10:45 骨盤ダイエット エクササイズ★★ (定員25名)Hyuga	WED 10 9:45～10:45 パワーヨガ★★★ (定員25名)taeco	THU 10 9:45～10:45 女性のためのピラティス★★★ (定員25名)TOMOMI	FRI 10 9:45～10:45 代謝UPヨガ★★★ (定員25名)AYA	SAT 10 9:45～10:45 楽ヨガ★★ (定員25名)kaya	SUN 10 9:45～10:45 スッキリフロー★★☆ (定員25名)MAIMI
30							
11:00	MON 11	TUE 11	WED 11	THU 11	FRI 11	SAT 11	SUN 11
30							
12:00	MON 12 11:30～12:30 パワーヨガ★★★ (定員25名)yuuki	TUE 12 11:30～12:30 ストレッチヨガ★★ (定員25名)Hyuga	WED 12 11:30～12:30 デトックス&リラックス ★★ (定員25名)taeco	THU 12 11:30～12:30 エナジーヨガ(1.3.5週目)★★★ ゆるめるヨガ(2・4週目)★★ (定員25名)JUN	FRI 12 11:30～12:30 Yin Yang Yoga★★ (定員25名)AYA	SAT 12 11:30～12:30 パワーヨガ★★★ (定員25名)kaya	SUN 12 11:30～12:30 ベネシックヨガ★★ (定員25名)MAIMI
30							
13:00	MON 13	TUE 13	WED 13	THU 13	FRI 13	SAT 13	SUN 13
30							
14:00	MON 14 13:30～14:30 4/30祝日のみ! 全身リンパヨガ★★ ※無香料クリーム必要 (定員25名)TOMOKO	TUE 14 NEW	WED 14 NEW 13:30～14:30 背中美人ヨガ★★ (定員25名)Tani	THU 14 14:00～15:00 全身リンパ(1.3.5週目)★★※クリーム必要 女性のためのパワーヨガ (2・4週目)★★★ (定員25名)TOMOKO	FRI 14 NEW 13:00～14:00 Chillyoga★★ (定員25名)AYA	SAT 14 13:30～14:30 全身リンパヨガ★★ (定員25名)TOMOKO	SUN 14 NEW 13:30～14:30 骨盤調整ボディメイクヨガ★★☆ (定員25名)yuka
30							
15:00	MON 15 15:00～16:00 骨盤調整ヨガ★★ (定員25名)TOMOKO	TUE 15 14:30～15:30 Yin Yang Yoga★★ (定員25名)AYA	WED 15 15:00～16:00 からだほぐし★★ (定員25名)Tani	THU 15	FRI 15 NEW 15:00～16:00 パワーヨガ★★ (定員25名)MAIMI	SAT 15 15:00～16:00 女性のためのパワーヨガ★★★ (定員25名)TOMOKO	SUN 15 15:00～16:00 パワーヨガ★★★ (定員25名)yuka
30							
16:00	MON 16	TUE 16	WED 16	THU 16	FRI 16	SAT 16	SUN 16
30							
17:00	MON 17	TUE 17	WED 17	THU 17	FRI 17	SAT 17	SUN 17
30							
18:00	MON 18	TUE 18	WED 18	THU 18	FRI 18	SAT 18	SUN 18
30							
19:00	MON 19 18:45～19:45 楽ヨガ★★ (定員25名)kaya	TUE 19 18:45～19:45 美脚むくみ 改善ヨガ★★ (定員25名)Tani	WED 19 18:45～19:45 パワーヨガ★★★ (定員25名)kaya	THU 19 18:45～19:45 全身リンパヨガ★★ ※無香料クリーム必要 (定員25名)TOMOKO	FRI 19 18:45～19:45 シェイプアップヨガ★★★ (定員25名)松本 亜由美	SAT 19	SUN 19
30							
20:00	MON 20 20:15～21:15 くびれスッキリリンパヨガ★★ ※無香料クリーム必要 (定員25名)kaya	TUE 20 20:15～21:15 パワースリムヨガ★★★ (定員25名)Tani	WED 20 20:15～21:15 楽ヨガ★★ (定員25名)kaya	THU 20 20:15～21:15 骨盤調整ヨガ★★ (定員25名)TOMOKO	FRI 20 20:15～21:15 リセットヨガ★★ (定員25名)松本 亜由美	SAT 20	SUN 20
30							
21:00	MON 21	TUE 21	WED 21	THU 21	FRI 21	SAT 21	SUN 21
30							