

月	火	水	木	金	土	日
					8:35-9:35 11.18.25日 ビギナーベーシックピラティス ★ あけみ	8:35-9:35 エアフローヨガ ★★ KUMI
10:00-11:15 ギアゾーンヨガLV.1 ★★	10:00-11:15 エアフローヨガ ★★	10:00-11:15 ギアゾーンヨガLV.1 ★★		10:00-11:15 エアフローヨガ ★★	10:05-11:20 11日 りらくすヨガ★ 18日 ハタ&リストラティブヨガ★ 25日 ヨガニードラ★ あけみ	10:05-11:20 コンディショニングヨガ★★ 5日 ホイールヨガ★
13日 ホイールヨガ★ HIROMI	SHIZU	Masami		chieko	4日 → アロマヨガ★ MAIKA	MAIKO 26日 → ベーシックヨガ★ KUMI
	11:45-13:00 7日 ヴィンヤサフローヨガ★ しなご 14日 りらくすヨガ★ haruna 21日 ホイールヨガ★ しなご 28日 ベーシックヨガ★ RIKA	12:00-13:15 エアフローヨガ ★★	休館日	12:00-13:15 フロー ピラティス ★★	11:50-13:05 エアフローヨガ ★★	11:50-13:05 ベーシックヨガ★ 19日 ホイールヨガ★
12:00-13:15 13.27日 エアフローヨガ★ 20日 エアフローヨガ★★ MAIKA 6日 → エアフローヨガ★★ Miku		Miku 1.8日 → SHIZU		Mizuki	Miku	MAIKO 26日 → アロマヨガ★ MAIKA
			23日 祝日プログラム 8:35-9:35 朝ヨガ★ Miku 10:00-11:15 エアフローヨガ★ SHIZU 11:40-12:55 エアリストラティブYinFlow★ TAKEC 13:20-14:35 ギアゾーンヨガビギナー★ TAKEC		13:35-14:50 ベーシックヨガ ★ Miku	13:35-14:50 5.19日 エアフローヨガ★ 12日 エアフローヨガ★★ SHIZU 26日 → エアフローヨガ★★ Miku
					15:20-16:35 エアフローヨガ ★★	15:20-16:20 POPピラティス ★★ YUKI
18:30-19:45 エアフローヨガ ★★	18:30-19:45 アロマヨガ ★ MAIKA 7日 → りらくすヨガ★ Miku	18:30-19:45 1.15日 ビギナーベーシックピラティス★ なお 8日 ヴィンヤサフローヨガ★ Shizu 22日 ホイールヨガ★ Shizu		18:30-19:45 エアフローヨガ ★★		
YUKIE		SHIZU		SHIZU		
20:10-21:25 ヴィンヤサフローヨガ ★★	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★	20:10-21:25 エアフローヨガ ★★		20:10-21:25 ベーシックヨガ ★		
YUKIE	MAIKA 7日 → Miku	KUMI		Miku		

