

【4月スタジオスケジュール】

★のプログラムはどちらか1つ選んでご予約ください。2つ同時のご予約はできません。  
次月スケジュールアップは第3火曜日の21:30です！

キャンセルは前日17時まではWEBからでもできます！  
それ以降は必ずお電話にてキャンセルをお願い致します！

月	火	水	金	土	日
		1	3	4	5
		骨盤ウェーブリングストレッチ 9:00 10:00 HIROKA ★★マットピラティス 10:15 11:15 DAIKI ★★フローピラティス 11:30 12:30 DAIKI アシュタンガヨガピグナー 13:00 14:15 YUMIKO リラクソスヨガ 14:30 15:45 NATSUKI イシュタヨガ 18:30 19:45 YOKO ヨギックアーツピグナー 20:00 21:15 YOSHI	★★ハタヨガ 10:00 11:15 SATSUKI ★★ハタヨガ 11:45 13:00 SATSUKI やさしいヨガ 13:15 14:30 MIKIN マットピラティス 14:45 15:45 YURI バランスボール&ピラティス 18:30 19:30 MEGUMI アロマキャンドルヨガ 20:00 21:15 YOKO	モーニングクラス 7:00 8:15 未定 ハタヨガ 9:00 10:15 NATSUKI ビューティーベルヴィス 10:30 11:30 YURI カポエイラ 12:00 13:00 MACUMBA ベリーダンス 13:30 14:30 ORIE マットピラティス 14:45 15:45 YUKINO アシュタンガヨガ 16:00 17:15 AKANE リラクソスヨガ 17:30 18:45 NATSUKI	モーニングハタヨガ 7:00 8:15 FUMIE アシュタンガヨガ 9:00 10:15 YUMIKO <div style="border: 1px solid red; padding: 5px; text-align: center;"> <p>～ヨギックアーツ～ Duncan Wong WS 11:00～13:00</p> </div> ★★バランスボール&ピラティス ピグナー 15:15 16:15 MEGUMI ★★バランスボール&ピラティス 16:30 17:15 MEGUMI
6	7	8	10	11	12
ビューティーコンディショニング 9:45 11:00 KUNIKO ピラティスストレッチ 11:30 12:30 YUKINO ビューティーベルヴィス 13:00 14:15 YURI リラクソスヨガ 14:30 15:45 YUMIKO 姿勢コンディショニング 18:30 19:15 SATORU 動いてレストラティヴ 19:30 20:45 MARK	ハタヨガ 9:00 10:00 FUMIE ジャイロキネシス 10:15 12:00 ARISA クリパルヨガ 13:00 14:15 CHIE ヨギックアーツピグナー 14:30 15:45 KOZU ハタヨガ 16:00 17:15 FUMIE マットピラティス 18:15 19:15 MIKII アシュタンガヨガ 19:30 20:45 YUMI	ベルヴィスストレッチ 9:00 10:00 HIROKA ★★マットピラティス 10:15 11:15 DAIKI ★★フローピラティス 11:30 12:30 DAIKI アシュタンガヨガピグナー 13:00 14:15 YUMIKO リラクソスヨガ 14:30 15:45 NATSUKI ヨギックアーツピグナー 20:00 21:15 YOSHI	★★ハタヨガ 10:00 11:15 SATSUKI ★★ハタヨガ 11:45 13:00 SATSUKI やさしいヨガ 13:15 14:30 MIKIN マットピラティス 14:45 15:45 YURI バランスボール&ピラティス 18:30 19:30 MEGUMI アロマキャンドルヨガ 20:00 21:15 YOKO	モーニングアシュタンガヨガ 7:00 8:15 YUMIKO ハタヨガ 9:00 10:15 SATSUKI ビューティーベルヴィス 10:30 11:30 YURI カポエイラ 12:00 13:00 MACUMBA ベリーダンス 13:30 14:30 ORIE バレエコンディショニング 14:45 15:45 MAKI アシュタンガヨガ 16:00 17:15 AKANE リラクソスヨガ 17:30 18:45 NATSUKI	モーニングヴァンヤソヨガ 7:00 8:15 RYOKO アシュタンガヨガ 9:00 10:15 YUMIKO フラ 10:30 11:30 YAKO ヨギックアーツピグナー 11:45 13:00 YOSHI ハタ・ヨーガのベーシック 13:30 14:45 MARK 陰ヨガ 15:00 16:15 RYOKO バランスボール&ピラティス 16:30 17:15 MEGUMI リラクソスストレッチヨガ 17:45 18:45 KOZU
13	14	15	17	18	19
ビューティーコンディショニング 9:45 11:00 KUNIKO ピラティスストレッチ 11:30 12:30 YUKINO ビューティーベルヴィス 13:00 14:15 YURI 陰ヨガ 14:30 15:45 RYOKO ジヴァムクティヨガピグナー 16:00 17:15 RYOKO 姿勢コンディショニング 18:30 19:15 SATORU 動いてレストラティヴ 19:30 20:45 MARK	ハタヨガ 9:00 10:00 FUMIE ジャイロキネシス 10:15 12:00 ARISA クリパルヨガ 13:00 14:15 CHIE ジヴァムクティヨガ 14:30 15:45 RYOKO フラ 16:00 17:00 YAKO マットピラティス 18:15 19:15 MIKII アシュタンガヨガ 19:30 20:45 YUMI	ベルヴィスストレッチ 9:00 10:00 HIROKA ★★マットピラティス 10:15 11:15 DAIKI ★★フローピラティス 11:30 12:30 DAIKI アシュタンガヨガピグナー 13:00 14:15 YUMIKO リラクソスヨガ 14:30 15:45 NATSUKI イシュタヨガ 18:30 19:45 YOKO ヨギックアーツピグナー 20:00 21:15 YOSHI	★★ハタヨガ 10:00 11:15 SATSUKI ★★ハタヨガ 11:45 13:00 SATSUKI やさしいヨガ 13:15 14:30 MIKIN マットピラティス 14:45 15:45 YURI バランスボール&ピラティス 18:30 19:30 MEGUMI アロマキャンドルヨガ 20:00 21:15 YOKO	モーニングヨガ 7:00 8:15 MARK ハタヨガ 9:00 10:15 SATSUKI カポエイラ 12:00 13:00 MACUMBA ベリーダンス 13:30 14:30 ORIE マットピラティス 14:45 15:45 YUKINO アシュタンガヨガ 16:00 17:15 AKANE リラクソスヨガ 17:30 18:45 MAKIKO	モーニングフローヨガ 7:00 8:15 RYOKO.T アシュタンガヨガ 9:00 10:15 YUMIKO フラ 10:30 11:30 YAKO ヨギックアーツピグナー 11:45 13:00 YOSHI ハタ・ヨーガのベーシック 13:30 14:45 MARK ピラティスストレッチ 15:00 16:15 MEGUMI バランスボール&ピラティス 16:30 17:15 MEGUMI リラクソスストレッチヨガ 17:45 18:45 KOZU
20	21	22	24	25	26
ビューティーコンディショニング 9:45 11:00 KUNIKO ピラティスストレッチ 11:30 12:30 YUKINO スピリチュアルウォーリアー 13:15 14:15 RYOKO 陰ヨガ 14:30 15:45 RYOKO 姿勢コンディショニング 18:30 19:15 SATORU 動いてレストラティヴ 19:30 20:45 MARK	ハタヨガ 9:00 10:00 FUMIE ジャイロキネシス 10:15 12:00 ARISA クリパルヨガ 13:00 14:15 CHIE ジヴァムクティヨガ 14:30 15:45 RYOKO ハタヨガ 16:00 17:15 FUMIE マットピラティス 18:15 19:15 MIKII アシュタンガヨガ 19:30 20:45 YUMI	ベルヴィスストレッチ 9:00 10:00 HIROKA ★★マットピラティス 10:15 11:15 DAIKI ★★フローピラティス 11:30 12:30 DAIKI アシュタンガヨガピグナー 13:00 14:15 TOSHI リラクソスヨガ 14:30 15:45 YOKO.T ヨギックアーツピグナー 20:00 21:15 YOSHI	★★ハタヨガ 10:00 11:15 TOSHI ★★ハタヨガ 11:45 13:00 SATSUKI やさしいヨガ 13:15 14:30 MIKIN マットピラティス 14:45 15:45 YURI バランスボール&ピラティス 18:30 19:30 MEGUMI アロマキャンドルヨガ 20:00 21:15 YOKO	モーニングフローヨガ 7:00 8:15 NATSUKI ハタヨガ 9:00 10:15 SATSUKI ビューティーベルヴィス 10:30 11:30 YURI カポエイラ 12:00 13:00 MACUMBA ベリーダンス 13:30 14:30 ORIE バレエコンディショニング 14:45 15:45 MAKI アシュタンガヨガ 16:00 17:15 AKANE リラクソスヨガ 17:30 18:45 MAKIKO	モーニングジヴァムクティヨガ 7:00 8:15 RYOKO アシュタンガヨガ 9:00 10:15 YUMIKO フラ 10:30 11:30 YAKO ヨギックアーツピグナー 11:45 13:00 YOSHI ハタ・ヨーガのベーシック 13:30 14:45 MARK 陰ヨガ 15:00 16:15 RYOKO バランスボール&ピラティス 16:30 17:15 MEGUMI リラクソスストレッチヨガ 17:45 18:45 KOZU
27	28	29	<div style="border: 1px solid red; padding: 10px;"> <p>◎重要なお知らせ◎            DAIKI先生、TOSHI先生のクラスのご予約・ご受講の回数にご注意ください！！            ■DAIKI先生■            ・レギュラー会員様 4回 ・ウィークデー会員様 3回 ・4TIMES会員様 2回            ■TOSHI先生■            ・レギュラー会員様 6回 ・ウィークデー会員様 5回 ・4TIMES会員様 4回</p> </div>		
ビューティーコンディショニング 9:45 11:00 KUNIKO ピラティスストレッチ 11:30 12:30 YUKINO ビューティーベルヴィス 13:00 14:15 YURI 陰ヨガ 14:30 15:45 RYOKO ジヴァムクティヨガピグナー 16:00 17:15 RYOKO 姿勢コンディショニング 18:30 19:15 SATORU	ハタヨガ 9:00 10:00 FUMIE ジャイロキネシス 10:15 12:00 ARISA クリパルヨガ 13:00 14:15 CHIE ヨギックアーツピグナー 14:30 15:45 KOZU フラ 16:00 17:00 YAKO マットピラティス 18:15 19:15 MIKII アシュタンガヨガ 19:30 20:45 YUMI	<div style="border: 1px solid gray; padding: 10px; text-align: center;"> <p>☆祝日特別プログラム☆            詳細coming soon!!</p> </div>			

