9月

Tel 06-6531-3198

	Mon		Tue		Wed		Thu		Fri		Sat		Sun	
	HOT（4F）	常温（5F）	HOT（4F）	常温（5F）	HOT（4F）	常温（5F）	HOT（4F）	常温（5F）	HOT（4F）	常温（5F）	HOT（4F）	常温（5F）	HOT（4F）	常温（5F）
10:00														
11:00	11:00～12:00 ホットヨガ 湯浅	10:45～11:45 マタニティヨガ 中井	11:00～12:00 ホットヨガ 宮本	11:15～12:15 ビギナーズ パワーヨガ yoshiko	11:00～12:00 ホットヨガ MARIE	11:15～12:30 ビギナーズヨガ Hiromi	11:00～12:00 ウォームヨガ 夏目	10:45～11:45 マタニティヨガ 中井	11:00～12:00 ウォームヨガ 夏目	11:00～12:00 ベーシック yoshiko	10:45～11:45 ホットヨガ maru	11:00～12:00 ベーシック Hiromi	10:45～11:45 ホットヨガ 寺下	10:45～12:00 ベーシック ERy
12:00		12:30～13:45 ベーシック 田中												
13:00	13:00～14:00 ホットヨガ 寺下		13:15～14:15 ホットヨガ ERy				13:00～14:00 ホットヨガ 夏目	13:15～14:15 ピラティス sonoco	13:15～14:30 ホットヨガ75 キャラ美	13:00～14:15 ヴィンヤサ・フロー 夏目	12:45～13:45 ホットヨガ 宮本	13:00～14:15 ビギナースヨガ Ray	12:45～13:45 ホットヨガ ERy	13:00～14:15 ヴィンヤサ・フロー Ray
14:00		★14:30～15:45 ヴィンヤサ・フロー 夏目 9月13日より開講		14:45～16:00 骨盤 エクササイズヨガ 若林				第3週目 パワーピラティス				14:45～16:00 ビギナーズ パワーヨガ Ray	14:30～15:45 ホットヨガ75 Mine	
15:00	15:00～16:00 ホットヨガ Ueno				15:00～16:00 ホットヨガ Mine		15:00～16:00 ホットヨガ Akari				15:15～16:15 ホットヨガ Akari			
16:00													16:30～17:30 ホットヨガ 湯浅	
17:00											17:00～18:00 ホットヨガ ERy			
18:00														
19:00	19:00～20:00 ホットヨガ ERy	19:00～20:15 ビギナーズヨガ Ueno	18:45～20:00 ホットヨガ75 MARIE	19:00～20:15 ビギナーズ ヴィンヤサ・フロー 寺下	18:45～19:45 ホットヨガ Ray	18:45～20:00 リラックスヨガ yoshiko	18:45～19:45 ウォームヨガ 種村	18:45～20:00 ベーシック Ray	18:45～20:00 ホットヨガ75 宮本	18:45～19:45 ピラティス sonoco 第3週目 パワーピラティス	18:45～20:00 ホットヨガ75 ERy			
20:00						20:30～21:30 ビギナーズヨガ yoshiko		20:30～21:45 パワーヨガ+ Ray						
21:00	20:45～21:45 ホットヨガ Ueno	20:45～22:00 パワーヨガ ERy	20:45～21:45 ホットヨガ 寺下	20:45～21:45 骨盤 エクササイズヨガ MARIE	20:45～21:45 ホットヨガ Ray		20:45～21:45 ホットヨガ 中井		20:45～21:45 ホットヨガ みょんみ	20:45～21:45 ビギナーズヨガ Ueno				
22:00														