

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
	1	2	3	4	5	6
		10:00~14:00 インストラクター養成講座	10:00 デトックスヨガ KANA 11:30 TRX® KANA 11:30 ホルモンバランスヨガ EMIRI	10:00 ヒーリングヨガ kana 11:30 AG FUN① YUMI 13:00 女性のためのヨガ michiyo		10:00 肩甲骨ヨガ SAE
	20:00 ハタヨガ hiroko	20:00 AG FUN① YUMI 20:00 リラックスヨガ michiyo	20:30 TRX® Licca 21:30 ナチュラルフローヨガ SAE	19:30 TRX® KANA 20:30 夜ヨガ KANA		
7	8	9	10	11	12	13
10:30 コンディショニングヨガ TOSHIKO 12:00 AG OPEN SAE 13:30 ピラティス KANA	10:00 肩甲骨ヨガ SAE 11:30 ゆるヨガへーシック YUMI	10:00~14:00 インストラクター養成講座	10:00 デトックスヨガ KANA 11:30 TRX® KANA 11:30 ホルモンバランスヨガ EMIRI	10:00 ヒーリングヨガ kana 11:30 AG FUN② YUMI 13:00 女性のためのヨガ michiyo	16:00 リラックスヨガ Koto	10:00 ヨガフロー SAE
19:30 ヘルスタイルアップヨガ hitomi	20:00 AG OPEN SAE 20:00 ハタヨガ hiroko	20:00 AG OPEN SAE 20:00 リラックスヨガ michiyo	20:00 ベーシックヨガ AKIKO 20:30 TRX® Licca 21:30 ナチュラルフローヨガ SAE			
14	15	16	17	18	19	20
10:30 コンディショニングヨガ TOSHIKO 13:30 ピラティス KANA	10:00 ストレッチヨガ Nao 10:00 AG FUN② YUMI 11:30 ゆるヨガへーシック YUMI	10:00~14:00 インストラクター養成講座 14:00 身体コンディショニング & ラフターヨガ TOSHIKO	10:00 デトックスヨガ KANA 11:30 TRX® KANA 11:30 ハタヴィンヤサヨガ Ann y	10:00 ヒーリングヨガ kana 11:30 AG FUN① YUMI 13:00 女性のためのヨガ michiyo		10:00 肩甲骨ヨガ SAE
19:30 ヘルスタイルアップヨガ hitomi	20:00 AG OPEN SAE 20:00 ハタヨガ hiroko	20:00 リラックスヨガ michiyo	20:30 TRX® Licca 21:30 ナチュラルフローヨガ SAE	19:30 TRX® KANA 20:30 ピラティス KANA		
21	22	23	24	25	26	27
10:30 コンディショニングヨガ TOSHIKO 13:30 ピラティス KANA	10:00 肩甲骨ヨガ SAE 11:30 ゆるヨガへーシック YUMI	10:00~14:00 インストラクター養成講座	10:00 デトックスヨガ KANA 11:30 TRX® KANA 11:30 ハタヴィンヤサヨガ Ann y	10:00 ヒーリングヨガ kana 11:30 AG FUN② YUMI 13:00 女性のためのヨガ michiyo	16:00 リラックスヨガ Koto	10:00 ヨガフロー SAE
19:30 ヘルスタイルアップヨガ hitomi	20:00 AG FUN① YUMI 20:00 ハタヨガ hiroko	20:00 AG OPEN SAE 20:00 リラックスヨガ michiyo	20:00 ベーシックヨガ AKIKO 20:30 TRX® Licca 21:30 ナチュラルフローヨガ SAE			
28	29	30				
10:30 コンディショニングヨガ TOSHIKO 13:30 ピラティス KANA	10:00 ストレッチヨガ Nao 10:00 AG FUN① YUMI 11:30 ゆるヨガへーシック YUMI	10:00~14:00 インストラクター養成講座	YOGA・ピラティス(60分) お子様連れOK TRX®トレーニング30分 Antigravityハンモック 子連クラス以外男性OK シニアクラス(500円)		木曜 ワークアウト 2.4週 (AM) フルホーティサキット 1.3週	
19:30 ヘルスタイルアップヨガ hitomi	20:00 AG OPEN SAE 20:00 ハタヨガ hiroko	20:00 リラックスヨガ michiyo			木曜 コアプログラム 夜 金曜 フルホーティサキット 夜	

