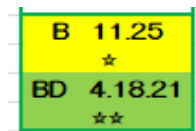




	月	火	水	木	金	土	日	
						姿勢 7.21 ☆☆☆ SY 14.28 ☆☆☆	B ★	9:00
10:00	腸整 2.30 ☆☆ B 9.23 ★		アロマ 4.18 ★ 女性 ムーン 11.25 ★ 女性	SY 5.19 ☆☆☆ BD 12.26 ☆☆		B 7.21 ★ BD 14.28 ☆☆	SY ☆☆☆	10:00
11:00		B 3.17.31 ★ B+ 10.24 ☆☆☆	ベビー 4.18 ママ 11.25		BD 6.20 ☆☆ SY 13.27 ☆☆☆	B+ ☆☆☆	BD ☆☆ パレエ 29 ☆☆☆	11:00
12:00	B 2.30 ★ BD 9.23 ☆☆		SY 4.18 ☆☆☆ RS 11.25 ☆☆☆☆	B+ 5.19 ☆☆☆ B 12.26 ★		BD 7.21 ☆☆ B 14.28 ★	PD 8.22 ☆☆☆☆ 美脚1.15.16.29 限定☆☆☆☆	12:00
13:00		BD 3.17.31 ☆☆ SY 10.24 ☆☆☆			優しいPD 6.20 ☆☆☆ 骨盤 13.27 ☆☆☆	骨盤 7.21 ☆☆☆ 姿勢 14.28 ☆☆☆	バラII 8.16.22 ☆☆☆☆ RS 1.15.29 ☆☆☆☆	13:00
14:00	SY 2.30 ☆☆☆ 姿勢 9.23 ☆☆☆		B 4.18 ★ BD 11.25 ☆☆	RS 5.19 ☆☆☆☆ バラII 12.26 ☆☆☆☆		RS 7.21 ☆☆☆☆ バラI 14.28 ☆☆	姿勢 8.16.22 ☆☆☆ SY 1.15.29 ☆☆☆	14:00
15:00		美脚 限定☆☆☆☆			B 6.20 ★ 腸整 13.27 ☆☆	SY ☆☆☆	BD 8.16.22 ☆☆ B 1.15.29 ★	15:00
16:00	B+ 2.30 ☆☆☆ RS 9.23 ☆☆☆☆		BD 4.18 ☆☆ バラI 11.25 ☆☆	B 5.19 ★ SY 12.26 ☆☆☆		アロマ 7.21 ★ 女性 ムーン 14.28 ★ 女性	B+ ☆☆☆	16:00
						BD 7.14.21 ☆☆ 特別 28 ☆☆☆	B 8.16.22 ★ BD 1.15.29 ☆☆	17:00
18:00	BD 2.30 ☆☆ B 9.23 ★	姿勢 ☆☆☆	B+ ☆☆☆	B 5.19 ★ BD 12.26 ☆☆	SY ☆☆☆			
19:00	腸整 ☆☆	B 3.10.17.24 ★ パレエ 31 ☆☆☆	BD 4.18 ☆☆ B 11.25 ★	美脚 限定☆☆☆☆	BD 6.20 ☆☆ SY 13.27 ☆☆☆			
20:00	バラI 2.30 ☆☆ BD 9.23 ☆☆	SY 3.17.31 ☆☆☆ B+ 10.24 ☆☆☆	優しいPD 4.18 ☆☆☆☆ 姿勢 11.25 ☆☆☆	BD ☆☆	RS 6.20 ☆☆☆☆ B 13.27 ★			
20:50		BD ☆☆ 隔週 10.24		腸整 ☆☆ 隔週 5.19	B 6.20 ★ ムーン 13.27 ★ 女性			

デイチケット利用可能枠

### 🌸スケジュールの見方🌸



- ・レッスン名は省略しています。下記一覧をご覧ください。
- ・数字は日付となります。
- ・☆はヨガの難易度、★はエクササイズの難易度となります。

### ◎名称説明

B	ベーシック	BD	ベーシックダイエット	SY	ストレッチ&ヨガ	RS	レギュラーストレッチ
B+	ベーシックプラス	姿勢	姿勢改善ヨガ	骨盤	骨盤エクササイズ	PD	プラチナダイエット
アロマ	アロマヨガ	ムーン	ムーンアロマヨガ	バランス	バランスヨガ	保腎	体幹シェイフヨガ