## ◆一宮スタジオ◆11/21~レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝						08:00 ★2	08:00 ★3
						フィーリング オブ ハピネス	リフレッシュヨガ
						YUMI	MIHO
	09:00 ★2 NEW	09:00 ★2	09:00 ★3	09:00 ★3		09:00 ★2 NEW	09:00 ★2
	【11/24祝限定・よもぎ蒸しチ エアヨガ】朝一番カラダもココロもスッキ	整えるピラティス	朝ヨガ	モーニングリラックス		【美容オイルヨガ】体潤う女 性ホルモンUPヨガ※参加料¥	リセットヨガ
	リヨガ※参加料¥1,000					1年 300	
	Y.ジュンコ	MIHOKO	AYA	Rena		まなみ	МІНО
	10:00 ★3	10:00 ★2	10:00 ★3 NEW	10:00 ★2 NEW	10:00 ★3	10:00 ★3 NEW	10:00 ★3
	巡りヨガ	【よもぎ蒸しチェアヨガ】リラッ クス※参加料¥1,000	【12/17限定】パワーヨガ	アンチエイジングヨガ	リフレッシュヨガ	シェイプフローヨガ	爽快フローヨガ
	AYA	Y.ジュンコ	Rena	まなみ	MIHO	まなみ	AYA
	11:00 ★2 NEW			11:00 ★2 NEW	11:00 ★2		11:00 ★2
	【ROLL YOGA】コンディショ			◆12/4・12/18開催◆【常温	【ROLL YOGA】ベーシック		【よもぎ蒸しチェアヨガ】温
	ニング※参加料¥500			ROLL YOGA60分特別クラス】ロー	※参加料¥500		めほぐし※参加料¥1000
				ルdeスッキリ背中革命※参加料100 0円			
	AYA			Y.ジュンコ	Mikitty		AYA
	AIA		L 祝日は午	<u>┃                                      </u>	IVIIKILLY		AIA
昼			W217 (				
						14:00 ★2	
						骨盤スリムヨガ Mildith	
						Mikitty 15:00 ★2	
						【ROLL YOGA】ボディメンテ	
						※参加料¥500	
						Mikitty	
 夜	18:15 ★3	18:15 <b>★</b> 2		18:15 <b>★</b> 3 <b>NEW</b>	 18:15 <b>★</b> 3		
1	【ROLL YOGA】ロールでYoga	リラックスフロー	ダイエット	パワーヨガ	Music Style Yoga		
	!※参加料¥500	7777774	71271	717 13	Music Style Toga		
	ミツエリ	Rena	AKEMI	Rena	Megu		
	19:15 ★3	19:15 ★3	19:15 ★4	19:15 ★2	19:15 ★2		
	一歩前進フローヨガ	美活ヨガ	ダイエット	骨盤ケア	【美容オイルヨガ】ツボ×リ		
	> W + H	Milditt	V   L   V	V \$\$ - \$\ \ ¬	ンパ爽快ヨガ※参加料300円		
	ミツエリ 20:15 ★1 NEW	Mikitty 20:15 ★2 NEW	AKEMI 20:15 ★1	Y.ジュンコ 20:15 ★2	ミツエリ 20:15 ★2		
	【12/8限定・美容オイルヨガ	【12/2限定·ROLL YOGA】	【美容オイルヨガ】キャンド	【よもぎ蒸チェアヨガ】おやすみ	【ROLL YOGA】リラックス		
	112/8限定・美谷オイルヨガ    】お顔まわり&首肩まわりスッキ	= * ** **		【よもさ然アエアヨル 】 あやりめ    前の毒出しケア※参加料¥1000	TROLL YOGA] リラックス   ※参加料500円		
	リケア※参加料¥300		加料¥300		> ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		
	Y.ジュンコ	Mikitty	Y.ジュンコ	Y.ジュンコ	Mikitty		

# ◆岐阜スタジオ◆11/21~レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝	09:00 ★2		09:00 ★2		09:00 ★2	09:00 ★2 NEW	09:00 ★2
	リフレッシュピラティス		すっきりMorning Yoga		骨盤調整リラックスヨガ	Candle yoga	【美容オイルヨガ】ミュージ
						, ,	ックフロー☆首・肩リリース
							編※参加料¥300
	МІНОКО	10.00.10	Minami	10.00 10	ちかこ	Megu	ちかこ
	10:00 ★2 NEW	10:00 ★2	10:00 ★2	10:00 ★2	10:00 ★3	10:00 ★3	10:00 ★4
	【11/24祝限定・美容オイル	【美容オイルヨガ】リラック	【よもぎ蒸しチェアヨガ】デ	【ROLL YOGA】アンチエイジ		整えるヨガ	ダイエットヨガ
	ヨガ】リンパで巡るヨガ※参   加料¥300	ス※参加料¥300	トックス※参加料¥1000	ングロール※参加料¥500	ヨガ※参加料¥300		
	ちかこ	Rena	Minami	Minami	Mona	AYA	ちかこ
	J., C	11:00 ★2	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	11:00 ★3	Wend	11:00 ★2	<i>5</i> % C
		ヘルシーシェイプ		BODYメンテナンス		【よもぎ蒸しチェアヨガ】温	
						めほぐし※参加料¥1000	
		Rena		Mona		AYA	
			カロナケ	<u> </u> 前クラスのみ開催します。			
昼				削グブスのめ用惟しより。			13:00 ★2 NEW
							◆12/7◆【ROLL YOGA】全
							▼12/7▼ [ROLL YOGA] 主 身ほぐし※参加料¥500
							Minami
							14:00 ★2 NEW
							◆12/7◆ 骨盤ケアヨガ
							Minami
+	10.00 10	10.20.40	10.20 12	10.00 4.2	10.00 10		
夜	18:00 ★3 月礼拝フロー	18:30 ★2 【ROLL YOGA】身体ケア	18:30 ★3 おつかれさまyoga	18:00 ★2 【ROLL YOGA】ご褒「美」ロ	18:00 ★2 【よもぎ蒸しチェアヨガ】温		
	7 TUTH 7 H	※参加料500円	as 2 % 4 t e & y o g a	- LNOLL TOGA, と扱「犬」ロ - ル※参加料¥500	はもら然しアエアコカア温    めほぐし※参加料¥1000		
	Mona	AYA	ちかこ	ミツエリ	AYA		İ
	19:00 ★2	19:30 ★3	19:30 <b>★</b> 2 <b>NEW</b>	19:00 ★3	19:00 ★3		
	【美容オイルヨガ】ディープ	ベーシックナイトヨガ	Night☆リセットヨガ	自分を好きになれるヨガ	デトックスヨガ		
	☆スリープ※参加料¥300						
	Mona	AYA	Mona	ミツエリ	AYA		
	20:00 ★2 <b>NEW</b>	20:30 <b>★</b> 1 <b>NEW</b>	20:30 <b>★</b> 1 <b>NEW</b>	20:00 ★1 NEW			
		【12/9限定】呼吸で整う冬の	【美容オイルヨガ】ジブリ de				
	っすり眠れるヨガ	夜ヨガ	かっさリラクゼーション※参	全身調整			
	+ 4.7	M	加料¥300	<b>7</b> 11.7			
	ちかこ	Mona	Mona	のりこ			
1							

# ◆千種スタジオ◆11/21~レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝							
	09:00 ★2	09:00 ★2		09:00 ★3 NEW		09:00 ★1 NEW	09:00 ★3
	【11/24祝限定】パワーチャ	モーニングブリージングヨガ		汗かきヨガ☆		【よもぎ蒸しチェアヨガ】癒し身	目覚めのディープストレッチヨガ
	ージョガ					体巡りヨガ※参加料¥1,000	
	奈美 10:00 ★3	kimmy 10:00 ★1 NEW	10:00 ★3	miku 10:00 ★2 NEW	10:00 ★3	MINA 10:00 ★3	kimmy 10:00 ★2
	モーニングフロー☆	10.00 X   NEW	「U.00 X3 【ピラティスロール】ロ-ルで美		基礎体力UP!ヨガ	ヘルシーボディ	である整える骨盤ヨガ
	γ ×		ポディ☆体幹トレーニング※参加料 500円	00003171	幸候件刀UF:∃刀		正ので歪んる目盤コカ
	MIO	日向	瑛里	miku	奈緒	MINA	kimmy
	11:00 ★2 NEW		11:00 ★2	11:00 ★3 NEW	11:00 ★2 NEW	11:00 ★2	11:00 ★2 NEW
	【美容オイルヨガ】フェイス リフト&めぐりヨガ※参加料¥ 300		カラダぽかぽかヨガ	◆12/4・12/18開催◆ 【常温ROLL YOGA60分特別 クラス】※参加料1000円	【11/28限定】疲労回復ヨガ	全身スッキリリセットヨガ	【美容オイルヨガ】ツボ×リ ンパ爽快ヨガ※参加料300円
	SAKURA		JUN	MIO	Shizuka	京美	ミツエリ
				前クラスのみ開催します。			, , ,
昼				11:00 ★2 NEW			12:00 <b>★</b> 3 <b>NEW</b>
				◆11/27·12/11開催◆【よ			一歩前進フローヨガ
				もぎ蒸しチェアヨガ】 ※参加料1000円			
				MIO			ミツエリ
夜	18:00 ★1	18:00 ★3	18:00 ★2 NEW	18:00 ★3	18:00 ★3		
	【よもぎ蒸しチェアヨガ】癒し身	【ROLL YOGA】ロールでYoga	【12/17限定】整え巡るヨガ	【ROLL YOGA】流してスッキ	代謝アップ★デトックスヨガ		
	体巡りヨガ※参加料¥1,000	!※参加料¥500		リ!夜のデトックスロール※ 参加料¥500			
	MINA	ミツエリ	JUNKO	Kimiko	JUNKO		
	19:00 ★3	19:00 ★2	19:00 ★3 NEW	19:00 ★2	19:00 ★1		
	コアトレ&ストレッチヨガ	股関節ヨガ	体整うナイトフロー	夜の疲れリセットヨガ	【美容オイルヨガ】むくみ解 消&腸活ヨガ※参加料¥300		
	MINA	奈美	菜未	Kimiko	JUNKO		
			20:00 ★2 NEW	20:00 ★2 NEW			
			【ROLL YOGA】姿勢美人ロー ルヨガ※参加料¥500	リンパ流しヨガ			
			MINA	ҮОКО			
I .							

1		21:00 ★2		
		21:00 ★2 ビュ-ティ-メンテナンスヨガ MINA		
		MINA		

## ◆名駅スタジオ◆11/21~レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝			09:00 ★3			08:30 ★3	
			アクティブパワーヨガ			朝のリフレッシュヨガ	
			tomomi			SAKURA	
	10:00 ★2		10:00 ★2 NEW		10:00 ★2	09:30 <b>★</b> 2 <b>NEW</b>	09:30 ★3 NEW
	リセットフローヨガ		【12/3限定・美容オイルヨガ		リラックス☆ヨガ	【美容オイルヨガ】フェイス	心と体のリフレッシュヨガ
			】リンパドレナージュ※参加			リフト&めぐりヨガ※参加料¥	
	V 10		料¥300			300	
	Yukiho 11:00 ★3 NEW		tomomi		Rena 11:00 ★3 NEW	SAKURA	ゆき 10:30 ★2
	【11/24祝限定】美柔軟フロ ーヨガ				【12/19限定】リラックス& ボディメイクヨガ(二の腕引		【ROLL YOGA】 ロールde背中革命
	_= //				ホティメイクョカ(二の腕51    き締め)		※参加料500円
	marina				なおこ		Y.ジュンコ
	***************************************				5.05		11:30 ★1
							Open heart & Relax♡
					1		Y.ジュンコ
			祝日は午	前クラスのみ開催します。			
昼						13:30 ★3	
						Music Style Yoga	
						Yuzu	
						14:30 ★3	14:00 ★3 NEW
						疲労回復!発汗ヨガ	◆11/30・12/14開催◆
							【常温ROLL YOGA60分特別 クラス】※参加料1000円
					<del> </del>	ミツエリ	クラスト MINA
						ミノエリ	IVIINA
夜	17:45 ★2	17:45 ★3	17:45 ★2 NEW	17:45 ★3	17:45 ★2		
	【美容オイルヨガ】身体めぐ	ハートフルヨガ	【よもぎ蒸しチェアヨガ】全身ス	ボディバランスyoga	【ピラティスロール】胸が広		
	りヨガ※参加料¥300		ッキリヨガ※参加料¥1000		がる美姿勢ピラティス☆※参		
					加料500円		
	YUKIKO	yuu 10:45 d-2 mm	MIO	MINA	O.YUKA		
	18:45 ★3 NEW	18:45 ★2 NEW	18:45 ★2 NEW	18:45 ★2	18:45 ★3		
	代謝アップヨガ	【美容オイルヨガ】極上オイ ルリリース※参加料¥300	骨盤調整	【ROLL YOGA】姿勢美人ロー ルヨガ※参加料¥500	・ 股関節集中ヨガ		
	tomomi	ルリリー人然参加科‡300 Yuu	MIO	ルコカ※参加料#500 MINA	O.YUKA		
	tomonn	yuu 19:45 ★3	19:45 <b>★</b> 2	19:45 <b>★</b> 2	O.TOKA		
		女性らしさupヨガ	ストレッチヨガ	リラックスアロマヨガ			
		ミツエリ	奈緒	MASUMI			
I							

# ◆栄伏見スタジオ◆11/21~レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝							
	09:00 ★2 NEW		09:00 ★2 NEW	09:00 ★3	09:00 ★2	09:00 ★2	09:00 ★2
	【11/24祝限定・よもぎ蒸し チェアヨガ】心も身体も癒す デトックスヨガ※参加料¥1,0		【11/26限定】疲労回復ヨガ	気分スッキリストレッチヨガ	目覚めのアクティブヨガ	【美容オイルヨガ】 肩こり腰 痛リリース※参加料300円	【美容オイルヨガ】リンパケ アヨガ※参加料¥300
	00 kimmy		Shizuka	SAKURA	JUNKO	JUNKO	MASUMI
	10:00 ★3	10:00 ★2	10:00 ★2	10:00 ★2 NEW	10:00 ★2 NEW	10:00 ★2	10:00 ★3
	骨盤調整&ウエストシェイプ	骨盤ほぐしヨガ	モーニングリラックスyoga	【12/4限定】内側から緩めて しなやかボディヨガ	【12/19限定】コア×バラン スヨガ	リセットヨガ	コンディショニングヨガ
	kimmy	JUNKO	ERIS	幸	Yukiho	JUNKO	MASUMI
	,	11:00 <b>★</b> 3 NEW				11:00 ★3	
		【12/16限定】ヴィンヤサフ ローヨガ				【ピラティスロール】ロールで美 ボディ☆体幹トレーニング※参加料 500円	
		miku				瑛里	
			祝日は午	前クラスのみ開催します。			
昼							
						14:00 ★2 NEW	
						◆11/22・12/6開催◆【よも ぎ蒸しチェアヨガ】潤う美肌 ヨガ※参加料¥1,000 YOKO	
						15:00 ★3 NEW	
						◆11/22・12/6開催◆リラッ クス&コアトレヨガ	
						なおこ	
夜							
	18:15 ★2	18:15 ★3	18:15 ★3	18:15 ★3	18:15 ★2		
	【美容オイルヨガ】むくみ解消			魅せる <b>★</b> しなやかボディピラ ティス			
	Yuzu	O.YUKA	Satomi	瑛里	tomomi		
	19:15 ★3	19:15 ★2	19:15 ★2	19:15 ★3	19:15 ★3		
	Music Style Yoga	腸活デトックスヨガ		【ピラティスロール】ロールで美 ボディ☆体幹トレーニング※参加料	アクティブパワーヨガ		

Yuzu	O.YUKA	加料¥300 Satomi	500円 瑛里	tomomi	
			20:15 ★2		
			癒やしの夜ヨガ tomomi		
			tomomi		

## ◆金山スタジオ◆11/21~レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝							
					09:00 ★2	09:45 ★3	09:45 ★3
					モーニングリラックスヨガ	リラックス&コアトレヨガ	Enjoy Yoga
					SAKURA	なおこ	Kimiko
	10:00 ★2		10:00 ★1	10:00 ★2	10:00 ★3 NEW	10:45 ★3	10:45 ★3
	ヘルシーシェイプ		【よもぎ蒸しチェアヨガ】よもぎテ		【12/5限定】美柔軟フローヨ	代謝改善ヨガ	フローヨガ
	_		、トックスヨカ、※参加料¥1,000	を整えるヨガ※参加料¥300	ガ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	A.1	
	Rena	11:00 ★3	JUNKO 11:00 ★2	奈緒 11:00 ★3	marina	Al 11:45 ★2	MIO
	11:00 ★3 NEW		ブリージングフロー				11:45 ★2
	【11/24祝限定・美容オイルヨガ】骨盤周りを鍛えるイン	股関節集中ヨガ	79-92076-	引き締め★ビューティーヨガトレ		ねじるヨガ	【美容オイルヨガ】めぐり整う ストレッチョガ※参加料¥300
	ナービューティーヨガ※参加 料¥300						
	miku	O.YUKA	JUNKO	さやぴ		miku	Yuzu
			祝日は午	前クラスのみ開催します。			
昼		13:00 ★2	13:00 ★2			12:45 ★1	12:45 ★3
		【よもぎ蒸しチェアヨガ】全身スッキリヨガ※参加料¥1000	リンパスッキリ&深呼吸ヨガ			【美容オイルヨガ】アロマ☆ 息抜きヨガ※参加料300円	│ 体幹アップ!フローヨガ │ │
		MIO	ҮОКО			miku	Yuzu
		14:00 ★2	14:00 ★3 NEW				13:45 ★3 NEW
		やさしい☆代謝アップヨガ	◆11/26・12/10開催◆ 【常温ROLL YOGA60分特別 クラス】※参加料1000円				◆11/30・12/14開催◆【常 温ROLL YOGA60分特別クラ ス】※参加料1000円
		JUNKO	MIO				Kimiko
							14:30 ★3 NEW
							【12/7限定・ピラティスロール】体内を一掃!!ととのう 身体※参加料¥500
							水野 とも
夜		17:45 ★2		17:45 ★3	17:45 ★2		
		肩こり解消ヨガ		代謝アップ	【美容オイルヨガ】美顔トレ ヨガ※参加料¥300		
		SAKURA		MIO	yuu		
	18:30 ★1	18:45 ★3	18:30 ★2	18:45 ★2	18:45 ★3		
		【ピラティスロール】ロールで美 ボディ☆体幹トレーニング※参加料 500円		【美容オイルヨガ】リンパで 巡るヨガ※参加料¥300	月礼拝囚		
	JUNKO	瑛里	kimmy	MIO	yuu		
	19:30 ★2	19:45 ★2	19:30 ★3	19:45 ★3			
	リセットヨガ JUNKO	心と身体を癒すリラックスヨガ 瑛里	心身を整える 陰陽ヨガ kimmy	リラックスフロー Yuzu			
I	3011110		1	1929			

	20:30 ★2 リラクゼーションヨガ		
	リラクゼーションヨガ		
	kazu		