

◆一宮スタジオ◆3/21～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 YUMI	リフレッシュヨガ MIHO
		09:00 ★2		09:00 ★2		09:00 ★3	09:00 ★2
		整えるピラティス MIHOKO		モーニングリラックス Rena		ヘルシーシェイプ Rena	リセットヨガ MIHO
	10:00 ★3	10:00 ★2	10:00 ★2	10:00 ★3	10:00 ★3	10:00 ★2	10:00 ★2
	代謝アップ	癒しのキャンドルヨガ	ストレッチポールエクササイズ	太陽礼拝フロー	リフレッシュヨガ	リラックスフロー	【美容オイルヨガ】リンパを流す朝ヨガ※参加料¥300 ASAMI
	のん	Y.ジュンコ	NAOKO	Rika	MIHO	Rena	爽快フローヨガ AYA
	11:00 ★2		11:00 ★2		11:00 ★2		11:00 ★3
Beauty デトックスヨガ Tamami		運動不足解消ヨガ AYA		ベーシックヨガ Asumi			
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼						14:00 ★2	
						リラックスヨガ ちかこ	
						15:00 ★2	
						骨盤スリムヨガ Mikitty	
夜	18:15 ★3	18:15 ★3	18:15 ★4	18:15 ★3	18:15 ★2		
	女性らしさを引き出すヨガ ミツエリ	陰陽バランスヨガ KYOKO	ダイエット AKEMI	脂肪燃焼ヨガ ASAMI	フィーリング オブ ハピネス YUMI		
	19:15 ★3	19:15 ★3	19:15 ★4	19:15 ★3	19:15 ★3		
	一歩前進フローヨガ ミツエリ	貯筋ヨガ 裕恵	ダイエット AKEMI	骨盤ケア Y.ジュンコ	Music Style Yoga Yuzu		
	20:15 ★2	20:15 ★3	20:15 ★2	20:15 ★3	20:15 ★2		
	ほぐしヨガ MIHO	疲労回復！発汗ヨガ ミツエリ	キャンドルナイトヨガ Y.ジュンコ	【美容オイルヨガ】カラダすっきりヨガ※参加料¥300 Y.ジュンコ	【ROLL YOGA】ボディメンテ ※参加料¥500 Mikitty		

◆岐阜スタジオ◆3/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝	09:00 ★3					09:00 ★2 NEW	09:00 ★1 NEW
	Monday パワーヨガ MIHOKO					整えるピラティス MIHOKO	ミュージックフロー ちかこ
	10:00 ★2	10:00 ★2	10:00 ★4	10:00 ★2	10:00 ★2	10:00 ★3 NEW	10:00 ★4 NEW
	ストレッチポールピラティス MIHOKO	メンテナンスヨガ あお	エナジーフローヨガ ASAO	フィーリング オブ ハピネス YUMI	骨盤調整リラックスヨガ ちかこ	整えるヨガ AYA	ダイエットヨガ ちかこ
		11:00 ★3	11:00 ★3 NEW	11:00 ★2	11:00 ★3	11:00 ★2 NEW	
		デトックスヨガ みお	【美容オイルヨガ】リンパデ トックス※参加料¥300 Minami	ヨガでボディケア Minami	代謝アップ Mona	運動不足解消ヨガ AYA	
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼							14:00 ★2 NEW
							【ロールヨガ】メンテナンス 3/23・4/13※参加料¥500 Mikitty
							14:00 ★2 NEW
							【ロールヨガ】ベーシック 3/ 30・4/6・20※参加料¥500 Minami
							15:00 ★2 NEW
							ゆったりフローヨガ ちかこ
夜	18:30 ★3	18:30 ★2	18:30 ★3	18:30 ★4	18:30 ★3		
	巡りヨガ AYA	やさしいヨガ AYA	おつかれさまyoga ちかこ	体幹シェイプ 響	【美容オイルヨガ】リンパデ トックス※参加料¥300 Minami		
	19:30 ★3	19:30 ★3	19:30 ★3 NEW	19:30 ★2	19:30 ★2		
	ポジティブフローヨガ saki	ベーシックナイトヨガ AYA	月礼拝 Mona	軽くなるヨガ 響	やさしいひきしめヨガ saki		
	20:30 ★2	20:30 ★2	20:30 ★2 NEW	20:30 ★2	20:30 ★2		
	休息ヨガでリフレッシュ saki	【美容オイルヨガ】リラック スナイトヨガ※参加料¥300 Mikitty	むくみ解消ヨガ Mona	ボール de リラックス NAOKO	休息ヨガでリフレッシュ saki		

◆千種スタジオ◆3/21～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				09:00 ★3	09:00 ★3
	モーニングリラックスヨガ SAKURA	モーニングブリージングヨガ kimmy				ボディバランスyoga MINA	目覚めのディープストレッチヨガ kimmy
	10:00 ★3	10:00 ★4 NEW	10:00 ★3	10:00 ★2	10:00 ★3	10:00 ★3	10:00 ★2
	モーニングフロー☆ MIO	[4/8限定・ROLL YOGA] 美 腹デトックスロールヨガ ※参加料500円 MINA	代謝アップ★デトックスヨガ JUNKO	汗かきヨガ miku	一歩前進フローヨガ ミツエリ	ヘルシーボディ MINA	歪みを整える骨盤ヨガ kimmy
			11:00 ★2	11:00 ★1 NEW	11:00 ★2 NEW	11:00 ★2	11:00 ★2
			発汗ほぐれるヨガ JUN	[3/27限定・ROLL YOGA] ロールdeほぐすリラックス ※参加料500円 Y.ジュンコ	[3/21限定・ROLL YOGA] 全身スッキリロールヨガ ※参加料500円 MINA	全身スッキリリセットヨガ 京美	【美容オイルヨガ】ツボ×リ ンパ爽快ヨガ※参加料300円 ミツエリ
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼							
		17:00 ★2					
		[ROLL YOGA] ボディメンテ ※参加料500円 ミツエリ					
夜	18:00 ★3	18:00 ★3	18:00 ★2	18:00 ★3	18:00 ★2		
	ベーシックヨガ MINA	お尻・太もも痩せ！筋膜リリ ースヨガ miku	[ROLL YOGA] コンディショニング ※参加料500円 菜未	骨盤ボディメイク marie	【美容オイルヨガ】とろける エステヨガ※参加料300円 JUNKO		
	19:00 ★3	19:00 ★1	19:00 ★3	19:00 ★2	19:00 ★2		
	コアトレ&ストレッチヨガ MINA	息抜きヨガ miku	全身しなやかフローヨガ 菜未	リラックスストレッチヨガ marie	疲労回復ヨガ YUKI		
			20:00 ★2	20:00 ★2			
			凝り解消ストレッチヨガ MINA	ストレッチ&ピラティス YOKO			
			21:00 ★2				
			ビューティ-メンテナンスヨガ MINA				



◆名駅スタジオ◆3/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝			09:00 ★2	09:00 ★	09:00 ★2	08:30 ★3	
			朝のリラックスピラティス 瑛里		モーニングリラックス Rena	朝のリフレッシュヨガ SAKURA	
	10:00 ★2		10:00 ★2 NEW	10:00 ★	10:00 ★2 NEW	09:30 ★2	09:30 ★3
	骨盤調整リラックスヨガ ちかこ		【3/26限定】ノビヨガ Shizuka		【3/28限定】リラックスヨガ Rena	モーニングリラックスヨガ SAKURA	シャキッと身体目覚めるヨガ marie
	11:00 ★3 NEW					10:30 ★3	10:30 ★2
	【4/14限定】滝汗ヨガ ちかこ					代謝改善ヨガ AI	【ROLL YOGA】リラックス ※参加料500円 Y.ジュンコ
	11:00 ★						11:30 ★1 Open heart & Relax♡ Y.ジュンコ
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼							
						14:00 ★3	14:00 ★3 NEW
						Music Style Yoga	◆4/6・4/20開催◆ 【常温ROLL YOGA60分特別 クラス】※参加料1000円 MINA
						Yuzu	
						15:00 ★2	
						【ROLL YOGA】ボディメンテ ※参加料500円 ミツエリ	
夜	17:45 ★3	17:45 ★2	17:45 ★3	17:45 ★3	17:45 ★2		
	心と身体スッキリヨガ marie	タオル de カラダメンテヨガ Rika	フローヨガ MIO	全身スッキリほぐしヨガ Kimiko	ゆったりヨガ&ピラティス O.YUKA		
	18:45 ★2	18:45 ★3	18:45 ★2	18:45 ★3	18:45 ★3		
	【美容オイルヨガ】巡り促す デトックス※参加料300円 菜未	ハートフルヨガ yuu	リラックスフロー MIO	【ROLL YOGA】ベーシック ※参加料500円 Kimiko	股関節集中ヨガ O.YUKA		
		19:45 ★2	19:45 ★3	19:45 ★2			
		ぐっすり安眠ヨガ yuu	トータルケアヨガ aico	リラックスアロマヨガ MASUMI			

◆栄伏見スタジオ◆3/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝							
		09:00 ★2 NEW		09:00 ★3		09:00 ★2	09:00 ★2
		【3/25限定】パワーチャージ ヨガ 奈美		気分スッキリストレッチヨガ SAKURA		【美容オイルヨガ】肩こり腰痛 リリース※参加料300円 JUNKO	リラックスヨガアロマ MASUMI
		10:00 ★2		10:00 ★2 NEW		10:00 ★2	10:00 ★3
		骨盤ほぐしヨガ JUNKO		【4/10限定】心と身体をリセ ットするヨガ ERIS		リセットヨガ JUNKO	コンディショニングヨガ MASUMI
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼							
夜							
	18:15 ★2	18:30 ★3	18:15 ★3	18:15 ★3	18:15 ★3		
	ベーシックヨガ Yuzu	女性のためのヨガトレ O.YUKA	ビューティーボディヨガ Satomi	自分を大好き発汗ヨガ ミツエリ	ヘルシーダイエット AIKA		
	19:15 ★3	19:30 ★2	19:15 ★2	19:15 ★2	19:15 ★2		
	Music Style Yoga Yuzu	ゆったりヨガ&ピラティス O.YUKA	夜の疲れリセットヨガ Satomi	【美容オイルヨガ】ツボ×リ ンパ爽快ヨガ※参加料300円 ミツエリ	ウエストすっきりヨガ AIKA		
				20:15 ★2			
				リフレッシュフローヨガ Asumi			

◆金山スタジオ◆3/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝							
	09:00 ★2 NEW				09:00 ★3	09:45 ★2	09:45 ★3
	【4/7限定】優しい朝ヨガ YUKIKO				ゆるめる！整う！股関節ヨガ Mayo	タオル de カラダメンテヨガ Rika	Enjoy Yoga Kimiko
	10:00 ★3		10:30 ★3	10:00 ★2	10:00 ★2	10:45 ★3	10:45 ★3
	ヘルシーシェイプ Rena		おはYOGA☆リラックス さやび	【美容オイルヨガ】エイジン グケアヨガ ※参加料300円 アスカ	モーニングリラックスヨガ SAKURA	ボディシェイプフロー Rika	フローヨガ MIO
		11:00 ★2		11:00 ★3		11:45 ★1	11:45 ★3
		背中スッキリヨガ O.YUKA		引き締め★ビューティ-ヨガトレ さやび		息抜きヨガ miku	体幹アップ！フローヨガ 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 ★2	12:45 ★2
		骨盤調整 MIO	リンパスッキリ&深呼吸ヨガ YOKO			【美容オイルヨガ】(アロマ) 満たされヨガ※参加料300円 miku	ストレッチヨガ Yuzu
		14:00 ★3	14:00 ★3 NEW				
		リフレッシュヨガ☆ Rena	◆3/26・4/9開催◆ 【常温ROLL YOGA60分特別 クラス】※参加料1000円 MIO				
夜		17:45 ★2		17:45 ★3	17:45 ★2		
		肩こり解消ヨガ SAKURA		代謝アップ MIO	月礼拝 yuu		
	18:30 ★3	18:45 ★2	18:30 ★3	18:45 ★2	18:45 ★3		
	代謝アップ★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	骨盤調整 MIO	パワーエナジーヨガ yuu		
	19:30 ★2	19:45 ★3	19:30 ★1	19:45 ★3	19:45 ★2		
	すっきりリンパヨガ JUNKO	ヒップアップピラティス 瑛里	心身をほぐす 癒しの陰ヨガ kimmy	トータルケアヨガ aico	【ROLL YOGA】 コンディショニング ※参加料500円 菜未		
			20:30 ★2				
			リラクゼーションヨガ kazu				

