

mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
Hヨガフロー 10:00～10:40 Mikari	HOT BOWSPRING 9:00～9:40 Chie	Hビギナーズフロー 10:00～10:40 Yumi	Hヨガライト 10:00～10:40 Yumi	Hアンチエイジング 10:00～10:40 Emi	Hヨガライト 10:00～10:40 Mami	Hビギナーズフロー 10:00～10:40 Yumi
リストラティブヨガ (常温) 11:10～11:50 Mikari	Hヨガライト 10:00～10:40 Miwako	H骨盤ヨガ 11:10～11:50 Yumi	Hヨガベーシック 11:10～11:50 Yumi	Hダイエットヨガ 11:10～11:50 Emi	Hヨガベーシック 11:10～11:50 Mami	H骨盤ヨガ 11:10～11:50 Yumi
HOT BOWSPRING 14:00～14:40 Sizuka						
Hリラックスヨガ 19:30～20:10 Miwa		Hヨガフロー 19:00～19:40 Mikari	Hヨガベーシック 19:00～19:40 Rumi	Hビギナーズフロー 19:00～19:40 Rumi		
H骨盤ヨガ 21:00～21:40 Akiko	Hアンチエイジング 21:00～21:40 Akiko	リストラティブヨガ (常温) 20:10～20:50 Mikari	Hダイエットヨガ 20:10～20:50 Rumi	Hヨガライト 20:10～20:50 Rumi		