

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
5月26日 スッキリほぐしヨガ 13:30-14:45	5月27日 リフレッシュヨガ 13:30-14:45 バランス整えピラティス 19:30-20:30	5月28日 骨盤調整ヨガ 10:15-11:30 ゆったりフローヨガ 19:30-20:45	5月29日 ママヨガ〜0歳から6歳〜 10:45-11:45 ゆるヨガ 19:30-20:45	5月30日 ストレッチヨガ 10:15-11:30 代謝アップヨガ 19:30-20:30	5月31日 肩こり改善ピラティス 10:30-11:30	1日 ビギナーヨガ 10:15-11:30
2日 ゆるヨガ 13:30-14:45	3日 リフレッシュヨガ 13:30-14:45	4日 骨盤調整ヨガ 10:15-11:30 ママヨガ〜産後ママと0歳〜 13:00-14:00 ゆったりフローヨガ 19:30-20:45	5日 キッズヨガ 16:15-17:15 ゆるヨガ 19:30-20:45	6日 ストレッチヨガ 10:15-11:30 ゆるヨガ 19:30-20:45	7日 スッキリほぐしヨガ 10:15-11:30 シェイプアップピラティス 19:30-20:30	8日 疲労回復ヨガ 10:15-11:45 ロコモヨガ 13:30-14:45
9日 骨盤調整ヨガ 13:30-14:45	10日 リフレッシュヨガ 13:30-14:45 バランス整えピラティス 19:30-20:30	11日 骨盤調整ヨガ 10:15-11:30 ゆったりフローヨガ 19:30-20:45	12日 キッズヨガ 16:15-17:15 ビギナーヨガ 19:30-20:45	13日 アロマヨガ 10:15-11:30 ママピラティス(0歳〜6歳) 13:00-14:00	14日 腰痛改善ピラティス 10:30-11:30 骨盤調整ヨガ 14:00-15:15 シェイプアップピラティス 19:30-20:30	15日 疲労回復ヨガ 10:15-11:45 ゆったりフローヨガ 13:30-14:45
16日 骨盤調整ヨガ 13:30-14:45	17日	18日 骨盤調整ヨガ 10:15-11:30 ママヨガ〜0歳から6歳〜 13:00-14:00 ゆったりフローヨガ 19:30-20:45	19日 リフレッシュヨガ 13:30-14:45 キッズヨガ 16:15-17:15	20日 ストレッチヨガ 10:15-11:30 ゆるヨガ 19:30-20:45	21日 骨盤調整ヨガ 14:00-15:15 シェイプアップピラティス 19:30-20:30	22日 疲労回復ヨガ 10:15-11:45 ジャイロキネシス 16:30-17:30
23日 ベーシックヨガ 10:15-11:30 骨盤調整ヨガ 13:30-14:45	24日 リフレッシュヨガ 13:30-14:45 バランス整えピラティス 19:30-20:30	25日 骨盤調整ヨガ 10:15-11:30 からだ温めヨガ 19:30-20:45	26日 ママヨガ〜0歳から6歳〜 10:45-11:45 ゆるヨガ 19:30-20:45	27日 骨盤調整ヨガ 10:15-11:30 代謝アップヨガ 19:30-20:30	28日 スッキリほぐしヨガ 10:15-11:30	29日 シンプルヨガ 10:15-11:30 ゆったりフローヨガ 13:30-14:45
30日 骨盤調整ヨガ 13:30-14:45						