

原店 4月前半スケジュール

4/1	4/2	4/3	4/4	4/5	4/6	4/7	4/8	4/9	4/10	4/11	4/12	4/13	4/14	4/15
土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原
8:30 ヴィンヤサフロー ★★★ live grace	8:30 アロマリラックス ★★ live saori	定休日 完全予約制による パーソナル ヨガクラス 定休日に 受付中です★	10:00 ゆったりリフロー ★★★ live 由起	対面 10:00 季節のくつろぎ ★ grace	対面 9:30 ハタヨガ ★★★ saori	対面 9:30 ぽっこりお腹解消 ★★ さくら	8:30 スローフロー ★★★ live grace	対面 8:30 リラックス ★★ さくら	定休日 完全予約制による パーソナル ヨガクラス 定休日に 受付中です★	対面 10:00 リンパデトックス ★★★ mao	メンテナン	9:30 ヒップアップ ★★★ live yuka	対面 9:30 太陽礼拝ダウンドック ★★ shige	8:30 ハタヨガフロー ★★★ live SAYA
10:30 肩こり解消 ★★ live mao	対面 10:30 月礼拝 ★★~★★★ さくら	ご自宅より プレミアムの お客様は 2クラス スタンダード マンスリー5の お客様は 1クラス オンラインにて ご受講 頂けます。	対面 12:00 アロマリラックス ★★ mao	対面 12:00 ヴィンヤサフロー ★★★ grace	対面 11:30 アロマリラックス ★★ saori	対面 11:30 リラックス ★★ さくら	10:30 アロマリラックス ★★ live grace	対面 10:30 肩こり解消 ★★ kazumi	対面 12:00 肩こり解消 ★★ mao	対面 12:00 肩こり解消 ★★ mao	メンテナン	11:30 リフレッシュフロー ★★ live yuka	11:30 体幹バランス ★★★ live あや	対面 10:30 肩こり解消 ★★ kazumi
対面 12:30 リラックス ★★ さくら	対面 12:30 スタイルアップ ★★★ kazumi		対面 14:00 アロマリラックス ★★ mao	対面 14:00 ヴィンヤサフロー ★★★ grace	対面 13:30 ハタヨガフロー ★★★ SAYA	対面 13:30 むくみ解消 ★★ saori	対面 12:30 ぽっこりお腹解消 ★★ さくら	対面 12:30 背面美人 ★★★ kazumi	対面 14:30 月礼拝 ★★~★★★ さくら	対面 14:00 午後のリラックス ★★ ERI	メンテナン	対面 13:30 ハタヨガ ★★★ SAYA	対面 13:30 リラックス ★★ さくら	対面 12:30 スタイルアップ ★★★ kazumi
対面 14:30 ぽっこりお腹解消 ★★ さくら	対面 14:30 美脚むくみ ★★ kazumi		対面 19:00 ハタヨガ ★★ saori	対面 19:00 サンセットフロー ★★~★★★ ERI	19:00 骨盤リセット ★★ live SATOMI	20:00 疲労回復 ★★ live grace	対面 14:30 月礼拝 ★★~★★★ さくら	対面 14:30 月礼拝 ★★~★★★ さくら	対面 19:00 ハタヨガ ★★ saori	対面 19:00 ハタヨガ ★★ saori	メンテナン	対面 19:00 ピラティス ★★ live SATOMI	対面 20:00 季節のくつろぎ ★ grace	対面 14:30 リラックス ★★ live TOMOMI
			21:00 月礼拝 ★★~★★★ live さくら	対面 21:00 おやすみ前のリ ラックス ★★ ERI	対面 21:00 姿勢トレーニング ★★ TOMOMI					対面 21:00 アロマリラックス ★★ saori	メンテナン	対面 21:00 リラックス ★★ TOMOMI		

～ アクティブ度 ～

弱い ★
↓ ★★
強い ★★★
★★★★

※動きの速さや量に比例します

～ レッスン種類 ～

リラックス系
アクティブ系
調整系
エクササイズ系
美容系

原店 4月後半スケジュール

4/16	4/17	4/18	4/19	4/20	4/21	4/22	4/23	4/24	4/25	4/26	4/27	4/28	4/29	4/30
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原
対面 8:30 スローフロー *** grace 対面 10:30 アロマリラックス ** grace 12:30 太陽礼拝フロー *** live 由起	定休日 完全予約制による パーソナル ヨガクラス 定休日に 受付中です★ ご自宅より プレミアムの お客様は 2クラス スタンダード マンスリー5の お客様は 1クラス オンラインにて ご受講 頂けます。	10:00 ゆったりリフロー *** live 由起 対面 12:00 肩こり解消 ** mao 対面 14:00 美ボディ *** mao 対面 19:00 腸活ヨガ ** saori 21:00 月礼拝 ***~*** live さくら	対面 10:00 美脚ヨガ ** あや 対面 12:00 体幹バランス *** あや 対面 14:00 ベーシック ** live アスミ セミパーソナル 対面 14:00 ハタヨガ *** saori 対面 19:00 アンチエイジング ** ERI 対面 21:00 ブラーナヤマ * ERI	9:30 リフレッシュフロー ** live yuka 対面 11:30 ゆるめるヨガ *** 由起 対面 13:30 陰ヨガ * 由起 対面 19:00 骨盤調律 ** hyuga 21:00 陰ヨガ * live SATOMI	対面 9:30 体幹バランス *** あや 11:30 疲労回復 ** live SAYA 対面 13:30 ぼっこりお腹解消 ** さくら 対面 20:00 骨盤調律 ** さくら	対面 8:30 むくみ解消 ** hyuga 対面 10:30 骨盤インナーダイエット *** hyuga 対面 12:30 太陽礼拝ダウンロード ** shige 対面 14:30 スタイルアップ *** kazumi	対面 8:30 太陽礼拝フロー *** さくら 対面 10:30 リラックス ** さくら 対面 12:30 美脚むくみ ** kazumi 対面 14:30 スタイルアップ *** kazumi	定休日 完全予約制による パーソナル ヨガクラス 定休日に 受付中です★ ご自宅より プレミアムの お客様は 2クラス スタンダード マンスリー5の お客様は 1クラス オンラインにて ご受講 頂けます。	対面 10:00 肩こり解消 ** mao 対面 12:00 リンパデトックス *** mao 対面 14:00 午後のリラックス ** ERI 対面 19:00 ハタヨガ ** saori 対面 21:00 アロマリラックス ** saori	対面 10:00 アロマリラックス ** あや 対面 12:00 体幹バランス *** あや 対面 14:00 アロマリラックス ** live saori 対面 21:00 姿勢トレーニング ** TOMOMI	9:30 リフレッシュフロー ** live yuka 対面 11:30 太陽礼拝フロー *** 由起 対面 13:30 肩こり解消 ** 由起 対面 19:00 ビラティス ** SATOMI 対面 21:00 陰ヨガ * SATOMI	対面 9:30 疲労回復 ** SAYA 対面 11:30 ハタヨガフロー *** SAYA 対面 13:30 アロマリラックス ** live saori 20:00 陰ヨガ * live 由起	8:30 からだほぐし ** live hyuga 10:30 骨盤底筋 ***~*** live MAIHO 対面 12:30 リラックス ** さくら 対面 14:30 太陽礼拝フロー *** さくら	対面 8:30 月礼拝 ***~*** さくら 対面 10:30 骨盤調律 ** さくら 対面 12:30 美脚むくみ ** kazumi 対面 14:30 スタイルアップ *** kazumi

~ アクティブ度 ~

弱い *
 ↓ **
 強い ***

※動きの速さや量に比例します

~ レッスン種類 ~

リラックス系
 アクティブ系
 調整系
 エクササイズ系
 美容系