

2017年

5月

【基本消化ポイント】  
 ヨガ / 2,000ポイント  
 ダンス / 3,000ポイント  
 ※イベント等は一部異なります。

- ←マタニティヨガ・産後ヨガ・ママヨガ
- ←ダンスクラス
- ←女性限定クラス

※1 妊娠16週以降のマタニティさん限定クラス  
 ※2 産後2か月～ハイハイをするまでのお子様と一緒に受講可能  
 ※3 お子様づれOKクラス (ハイハイ～3歳まで)



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
01 9:00-10:15 『morningヨガ』 三浦ゆめ 10:45-12:00 『ママさんのためのヨガ』 三浦ゆめ ※3 19:00-20:15 『MoonFlowヨガ』 chigusa 20:45-22:00 『くびれボディメイクwithベリーダンス』 U-KA	02 9:00-10:15 『経絡の巡りヨガ』 くらら 10:45-12:00 『リラックスフローリストラティブヨガ』 keiko 13:00-14:15 『マタニティヨガ』 ※1 19:00-20:15 『楽しむハタヨガ』 荻野恵理 20:45-22:00 『優しいヨガ』 荻野恵理	03 9:00-10:15 『morningヨガ』 chigusa 10:45-12:00 『デトックスヨガ』 chigusa 19:00-20:15 (代行) 『初めてのハタヨガ』 chigusa 20:45-22:00 (代行) 『優しいヨガ』 chigusa	04 8:00-9:00 『朝活ヨガ』 muni 10:00-11:15 『woman'sヨガ』 muni 19:00-20:15 『アロマリラックスヨガ』 A K 20:45-22:00 『ベルヴィスヨガ』 A K	05 8:00-9:00 『朝活ヨガ』 chigusa 10:00-11:15 『ベルヴィスヨガ』 chigusa 13:00-14:15 『ベビーちゃんと一緒に産後ママヨガ』 ※2 19:00-20:15 『デトックスヨガ』 ゆり子 20:45-22:00 『リラックスナチュラルフロー』 ゆり子	06 10:45-12:00 『デトックスヨガ』 ゆり子 13:00-14:15 『パワーフローヨガ』 ゆり子 16:45-18:00 『アロマリラックスヨガ』 chigusa	07 9:00-10:15 『morningヨガ』 美波 10:45-12:00 『ビューティーヨガ』 美波 13:00-14:15 『パワーフローヨガ』 ゆり子 14:45-16:00 『デトックスヨガ』 ゆり子
08 9:00-10:15 『morningヨガ』 三浦ゆめ 10:45-12:00 『ママさんのためのヨガ』 三浦ゆめ ※3 19:00-20:00 『フ ラ』 若月俊子	09 9:00-10:15 『陰陽ヨガ』 keiko 10:45-12:00 『リラックスフローリストラティブヨガ』 keiko 13:00-14:15 『マタニティヨガ』 ※1 19:00-20:15 『楽しむハタヨガ』 荻野恵理 20:45-22:00 『優しいヨガ』 荻野恵理	10 9:00-10:15 『morningヨガ』 Miho 10:45-12:00 『リンパヨガ』 Miho 19:00-20:15 『ヴィンヤサヨガ』 YASU 20:45-22:00 『コアトレヨガ』 YASU	11 8:00-9:00 『朝活ヨガ』 荻野恵理 10:00-11:15 『楽しむハタヨガ』 荻野恵理 19:00-20:15 『アロマリラックスヨガ』 A K 20:45-22:00 『ベルヴィスヨガ』 A K	12 8:00-9:00 『朝活ヨガ』 chigusa 10:00-11:15 『ベルヴィスヨガ』 chigusa 13:00-14:15 『ベビーちゃんと一緒に産後ママヨガ』 ※2 19:00-20:15 『デトックスヨガ』 ゆり子 20:45-22:00 『リラックスナチュラルフロー』 ゆり子	13 10:45-12:00 『デトックスヨガ』 ゆり子 13:00-14:15 『パワーフローヨガ』 ゆり子 15:00-16:15 『陰陽ヨガ』 keiko 16:45-18:00 『リストラティブヨガ』 keiko	14 9:00-10:15 『体が硬い人のためのヨガ』 muni 10:45-12:00 『ALOHAヨガ』 muni 13:00-14:15 『肩甲骨ヨガ』 YOSHIKI 14:45-16:00 『リフレッシュヨガ』 YOSHIKI
15 9:00-10:15 『morningヨガ』 三浦ゆめ 10:45-12:00 『ママさんのためのヨガ』 三浦ゆめ ※3 19:00-20:15 『MoonFlowヨガ』 chigusa 20:45-22:00 『くびれボディメイクwithベリーダンス』 U-KA	16 9:00-10:15 『経絡の巡りヨガ』 くらら 10:45-12:00 『リラックスフローリストラティブヨガ』 keiko 13:00-14:15 『マタニティヨガ』 ※1 19:00-20:15 (代行) 『楽しむハタヨガ』 chigusa 20:45-22:00 (代行) 『優しいヨガ』 chigusa	17 9:00-10:15 『morningヨガ』 chigusa 10:45-12:00 『デトックスヨガ』 chigusa 19:00-20:15 『初めてのハタヨガ』 荻野恵理 20:45-22:00 『優しいヨガ』 荻野恵理	18 8:00-9:00 『朝活ヨガ』 muni 10:00-11:15 『woman'sヨガ』 muni 19:00-20:15 『アロマリラックスヨガ』 A K 20:45-22:00 『ベルヴィスヨガ』 A K	19 8:00-9:00 『朝活ヨガ』 chigusa 10:00-11:15 『ベルヴィスヨガ』 chigusa 13:00-14:15 『ベビーちゃんと一緒に産後ママヨガ』 ※2 19:00-20:15 『デトックスヨガ』 ゆり子 20:45-22:00 『リラックスナチュラルフロー』 ゆり子	20 10:45-12:00 『デトックスヨガ』 ゆり子 13:00-14:15 『パワーフローヨガ』 ゆり子 16:45-18:00 『アロマリラックスヨガ』 chigusa	21 9:00-10:15 『morningヨガ』 chigusa 10:45-12:00 『ビューティーヨガ』 chigusa 13:00-14:15 『パワーフローヨガ』 ゆり子 14:45-16:00 『デトックスヨガ』 ゆり子
22 9:00-10:15 『morningヨガ』 三浦ゆめ 10:45-12:00 『ママさんのためのヨガ』 三浦ゆめ ※3 19:00-20:00 『フ ラ』 若月俊子	23 9:00-10:15 『陰陽ヨガ』 keiko 10:45-12:00 『リラックスフローリストラティブヨガ』 keiko 13:00-14:15 『マタニティヨガ』 ※1 19:00-20:15 『楽しむハタヨガ』 荻野恵理 20:45-22:00 『優しいヨガ』 荻野恵理	24 9:00-10:15 『morningヨガ』 Miho 10:45-12:00 『リンパヨガ』 Miho 19:00-20:15 『ヴィンヤサヨガ』 YASU 20:45-22:00 『コアトレヨガ』 YASU	25 8:00-9:00 『朝活ヨガ』 荻野恵理 10:00-11:15 『楽しむハタヨガ』 荻野恵理 19:00-20:15 『アロマリラックスヨガ』 A K 20:45-22:00 『ベルヴィスヨガ』 A K	26 8:00-9:00 『朝活ヨガ』 chigusa 10:00-11:15 『ベルヴィスヨガ』 chigusa 13:00-14:15 『ベビーちゃんと一緒に産後ママヨガ』 ※2 19:00-20:15 『デトックスヨガ』 ゆり子 20:45-22:00 『リラックスナチュラルフロー』 ゆり子	27 10:45-12:00 『デトックスヨガ』 ゆり子 13:00-14:15 『パワーフローヨガ』 ゆり子 15:00-16:15 (代行) 『ベルヴィスヨガ』 muni 16:45-18:00 (代行) 『アロマリラックス』 chigusa	28 9:00-10:15 (代行) 『体が硬い人のためのヨガ』 三浦ゆめ 10:45-12:00 (代行) 『ALOHAヨガ』 三浦ゆめ 13:00-14:15 『肩甲骨ヨガ』 YOSHIKI 14:45-16:00 『リフレッシュヨガ』 YOSHIKI
29 9:00-10:15 『morningヨガ』 三浦ゆめ 10:45-12:00 『ママさんのためのヨガ』 三浦ゆめ ※3 19:00-20:15 『MoonFlowヨガ』 chigusa	30 9:00-10:15 『経絡の巡りヨガ』 くらら 10:45-12:00 『リラックスフローリストラティブヨガ』 keiko 13:00-14:15 『マタニティヨガ』 ※1 19:00-20:15 『楽しむハタヨガ』 荻野恵理 20:45-22:00 『優しいヨガ』 荻野恵理	31 9:00-10:15 『morningヨガ』 chigusa 10:45-12:00 『デトックスヨガ』 chigusa 19:00-20:15 『初めてのハタヨガ』 荻野恵理 20:45-22:00 『優しいヨガ』 荻野恵理	01	02	03	04

《キャンペーン情報》  
**【アプリDLキャンペーン】**  
 DLの方には1,000ptプレゼント!  
**【お友達紹介キャンペーン】**  
 期間中お友達を紹介してくださった方に1,000ptプレゼント!  
 更にお友達は体験レッスンが500円で受けられます!!