

【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。

※1 女性限定クラス
 ※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 妊娠16週以降のマタニティさん限定クラス
 ※4 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
<p>29 30 31 01 02</p> <p>《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！！</p>						
03	04	05	06	07	08	09
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 ※4 19:00-20:15 『MoonFlowヨガ』 chigusa	9:00-10:15 (代行) 『morning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』 ※3 19:00-20:15 『リセットヨガ』 荻野恵理 20:45-22:00 『ゆるゆるナイトヨガ』 荻野恵理	9:00-10:15 『morningヨガ』 chigusa 10:45-12:00 『デトックスヨガ』 chigusa 19:00-20:15 『リフレッシュヨガ』 荻野恵理 20:45-22:00 『リラックスナチュラルフロー』 荻野恵理	8:00-9:00 『朝活ヨガ』 muni 10:00-11:15 『woman'sヨガ』 muni ※1 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	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	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	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
10	11	12	13	14	15	16
9:00-10:15 (代行) 『morningヨガ』 muni 10:45-12:00 (代行) 『ママさんのためのヨガ』 muni ※4 19:00-20:00 『フラ』 若月俊子	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』 ※3 19:00-20:15 『リセットヨガ』 荻野恵理 20:45-22:00 『ゆるゆるナイトヨガ』 荻野恵理	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	8:00-9:00 『朝活ヨガ』 荻野恵理 10:00-11:15 『リセットヨガ』 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	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	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 『ヴィンヤサヨガ』 YASU 16:45-18:00 『コアトレヨガ』 YASU	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 ☆イベントレッスン☆ ①17:00-18:15 『オリエンタルフロー (腸セラピー&腸活性ムーブメント)』 ②18:30-20:00 『ベリーダンス (フェミニティ)』 U-KA
17	18	19	20	21	22	23
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 ※4 19:00-20:15 『MoonFlowヨガ』 chigusa	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』 ※3 19:00-20:15 『リセットヨガ』 荻野恵理 20:45-22:00 『ゆるゆるナイトヨガ』 荻野恵理	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) 『リフレッシュヨガ』 chigusa 20:45-22:00 (代行) 『リラックスナチュラルフロー』 chigusa	8:00-9:00 『朝活ヨガ』 muni 10:00-11:15 『woman'sヨガ』 muni ※1 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	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	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	9:00-10:15 (代行) 『体が硬い人のためのヨガ』 chigusa 10:45-12:00 (代行) 『ALOHAヨガ』 chigusa 13:00-14:15 『肩甲骨ヨガ』 YOSHIKI 14:45-16:00 『リフレッシュヨガ』 YOSHIKI ~1,000ptイベントレッスン~ 17:00-18:15 chigusa 『キャンドルナイトヨガ』
24	25	26	27	28	29	30
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 ※4 19:00-20:00 『フラ』 若月俊子	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』 ※3 19:00-20:15 『リセットヨガ』 荻野恵理 20:45-22:00 『ゆるゆるナイトヨガ』 荻野恵理	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	8:00-9:00 『朝活ヨガ』 荻野恵理 10:00-11:15 『リセットヨガ』 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	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	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 『ヴィンヤサヨガ』 YASU 16:45-18:00 (代行) 『コアトレヨガ』 chigusa	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 『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