

◆一宮スタジオ◆10/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝						08:00 ★2	08:00 ★3
						フィーリング オブ ハピネス YUMI	リフレッシュヨガ MIHO
		09:00 ★2	09:00 ★3	09:00 ★3		09:00 ★3	09:00 ★2
		整えるピラティス MIHOKO	朝ヨガ AYA	モーニングリラックス Rena		シェイプフローヨガ まなみ	リセットヨガ MIHO
	10:00 ★3	10:00 ★2	10:00 ★3 NEW	10:00 ★1	10:00 ★3	10:00 ★2	10:00 ★3
	巡りヨガ AYA	【よもぎ蒸しヨガ】リラッ クス※参加料¥1,000 Y.ジュンコ	【10/22限定】パワーヨガ Rena	【美容オイルヨガ】美腸巡り ヨガ※参加料 ¥300 まなみ	リフレッシュヨガ MIHO	腸デトックスヨガ まなみ	爽快フローヨガ AYA
	11:00 ★2 NEW			11:00 ★2 NEW	11:00 ★2		11:00 ★2
	【10/27限定・ROLL YOGA】身体ケア ※参加料 ¥500 AYA			◆10/23・11/13開催◆【常 温ROLL YOGA60分特別クラス】 ロールdeスリッ背中革命※参加料1 000円 Y.ジュンコ	【ROLL YOGA】ベーシック ※参加料 ¥500 Mikitty		【よもぎ蒸しチェアヨガ】温 めほぐし※参加料¥1000 AYA
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼	11:00 ★2 NEW						
	【11/3祝限定・美容オイルヨ ガ】肩こり・むくみ デトック スヨガ※参加料 ¥300 ちかこ						
						14:00 ★2	
						骨盤スリムヨガ Mikitty	
						15:00 ★2	
						【ROLL YOGA】ボディメンテ ※参加料 ¥500 Mikitty	
夜	18:15 ★3 NEW	18:15 ★2	18:15 ★4	18:15 ★2	18:15 ★3		
	【ROLL YOGA 】ロールでYoga !※参加料 ¥500 ミツエリ	リラックスフロー Rena	ダイエット AKEMI	【美容オイルヨガ】美肌×リ ンパヨガ ※参加料 ¥300 Rena	Music Style Yoga Megu		
	19:15 ★3	19:15 ★3	19:15 ★4	19:15 ★2	19:15 ★2		
	一歩前進フローヨガ ミツエリ	美活ヨガ Mikitty	ダイエット AKEMI	骨盤ケア Y.ジュンコ	【美容オイルヨガ】ツボ×リ ンパ爽快ヨガ※参加料300円 ミツエリ		
	20:15 ★3 NEW	20:15 ★2 NEW	20:15 ★1	20:15 ★2	20:15 ★2		
	【11/17限定】フローピラテ イス	【11/11限定・美容オイルヨ ガ】体潤う女性ホルモンUPヨ ガ※参加料 ¥300	【美容オイルヨガ】キャンド ルナイト極上リンパケア※参 加料 ¥300	【よもぎ蒸しヨガ】おやすみ 前の毒出し※参加料 ¥1000	【ROLL YOGA】リラックス ※参加料500円		

	和歌子	まなみ	Y.ジュンコ	Y.ジュンコ	Mikitty		

◆岐阜スタジオ◆10／21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝	09:00 ★2		09:00 ★2		09:00 ★2	09:00 ★1 NEW	09:00 ★2
	リフレッシュピラティス		すっきりMorning Yoga		骨盤調整リラックスヨガ	キャンドル Music Style Yoga	【美容オイルヨガ】ミュージックフロー☆首・肩リリース編※参加料¥300
	MIHOKO		Minami		ちかこ	Megu	ちかこ
	10:00 ★1 NEW	10:00 ★2	10:00 ★2	10:00 ★2 NEW	10:00 ★3	10:00 ★3	10:00 ★4
	◆11/3祝◆【美容オイルヨガ】アンチエイジング※参加料¥300	【美容オイルヨガ】リラックス※参加料¥300	【よもぎ蒸しチェアヨガ】デトックス※参加料¥1000	【ROLL YOGA】アンチエイジングロール※参加料¥500	【美容オイルヨガ】美BODYヨガ※参加料¥300	整えるヨガ	ダイエットヨガ
	Minami	Rena	Minami	Minami	Mona	AYA	ちかこ
	11:15 ★2 NEW	11:00 ★2		11:00 ★3		11:00 ★2	
	◆11/3祝◆【常温ROLL YOGA 60分】ロールdeデトックス※参加料¥1000	ヘルシーシェイプ		BODYメンテナンス		【よもぎ蒸しチェアヨガ】温めほぐし※参加料¥1000	
	Minami	Rena		Mona		AYA	
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼							13:00 ★2 NEW
							◆11/2◆【ROLL YOGA】全身ほぐし※参加料¥500
							Minami
							14:00 ★2 NEW
							◆11/2◆骨盤ケアヨガ
							Minami
夜	18:00 ★3	18:30 ★2	18:30 ★3	18:00 ★2	18:00 ★2		
	月礼拝フロー	【ROLL YOGA】身体ケア※参加料500円	おつかれさまyoga	【ROLL YOGA】ご褒「美」ロール※参加料¥500	【よもぎ蒸しチェアヨガ】温めほぐし※参加料¥1000		
	Mona	AYA	ちかこ	ミツエリ	AYA		
	19:00 ★2	19:30 ★3	19:30 ★2	19:00 ★3	19:00 ★3		
	【美容オイルヨガ】ディープ☆スリープ※参加料¥300	ベーシックナイトヨガ	【美容オイルヨガ】むくみ解消ヨガ※参加料¥300	自分を好きになれるヨガ	デトックスヨガ		
	Mona	AYA	Mona	ミツエリ	AYA		
	20:00 ★2 NEW	20:30 ★2 NEW	20:30 ★2	20:00 ★1 NEW	20:00 ★1 NEW		
	◆11/17◆免疫力アップヨガ	◆11/11◆【美容オイルヨガ】リフレッシュヨガ※参加料¥300	癒しのジブリヨガ	◆10/23◆おやすみ前の全身調整	◆10/31◆ゆるっ～ととろけるヨガ		
	Mona	Mona	Mona	のりこ	Minami		
				20:00 ★1 NEW			

			◆11/20◆おやすみ前のリラ ックスヨガ Mikitty				

◆千種スタジオ◆10／21～レッスンスケジュール

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN	
朝													
	09:00 ★2	09:00 ★2								09:00 ★2		09:00 ★3	
	【美容オイルヨガ】リフトアップ小顔ヨガ※参加料¥300 SAKURA	モーニングブリージングヨガ kimmy								【ROLL YOGA】姿勢美人ロールヨガ※参加料¥500 MINA		目覚めのディープストレッチヨガ kimmy	
	10:00 ★3	10:00 ★3 NEW		10:00 ★3		10:00 ★2		10:00 ★3		10:00 ★3		10:00 ★2	
	モーニングフロー☆ MIO	【10/28限定】肩こりリリース♡エネルギーフロー 幸		【ピラティスロール】ロールで美ボディ☆体幹トレーニング※参加料500円 瑛里		汗かきヨガ miku		基礎体力UP！ヨガ 奈緒		ヘルシーボディ MINA		歪みを整える骨盤ヨガ kimmy	
	11:00 ★2 NEW			11:00 ★2 NEW		11:00 ★3 NEW		11:00 ★3 NEW		11:00 ★2			
	【11/3祝限定・よもぎ蒸しチェアヨガ】全身スッキリヨガ※参加料¥1000 MIO			カラダぽかぽかヨガ JUN		◆11/6・11/20開催◆ 【常温ROLL YOGA60分特別クラス】※参加料1000円 MIO		【10/24限定】アクティブパワーヨガ tomomi		全身スッキリリセットヨガ 京美			
祝日は午前クラスのみ開催します。													
昼						11:00 ★2 NEW						13:00 ★3	
						◆10/23・11/13開催◆【よもぎ蒸しチェアヨガ】※参加料1000円 MIO						自分を変えるヨガ ミツエリ	
												14:00 ★2	
												【美容オイルヨガ】ツボ×リンパ爽快ヨガ※参加料300円 ミツエリ	
夜	18:00 ★1	18:00 ★3 NEW		18:00 ★2 NEW		18:00 ★3		18:00 ★3					
	【よもぎ蒸しチェアヨガ】癒し身体巡りヨガ※参加料¥1,000 MINA	【ROLL YOGA】ロールでYoga！※参加料¥500 ミツエリ		【11/12限定】体整うリラックスマッサージ 菜未		【ROLL YOGA】流してスッキリ！夜のデトックスロール※参加料¥500 Kimiko		代謝アップ★デトックスヨガ JUNKO					
	19:00 ★3	19:00 ★2		19:00 ★3		19:00 ★2		19:00 ★1 NEW					
	コアトレ＆ストレッチヨガ MINA	股関節ヨガ 奈美		【ROLL YOGA】整うロールヨガ※参加料500円 菜未		夜の疲れリセットヨガ Kimiko		【美容オイルヨガ】むくみ解消＆腸活ヨガ※参加料¥300 JUNKO					
				20:00 ★2		20:00 ★1							
				凝り解消ストレッチヨガ		【美容オイルヨガ】美肌ゆったりヨガ※参加料¥300							

			MINA	YOKO			
			21:00 ★2				
			ビューティ-メンテナンスヨガ				
			MINA				

◆名駅スタジオ◆10／21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝			09:00 ★3			08:30 ★3	
			アクティブパワーヨガ tomomi			朝のリフレッシュヨガ SAKURA	
	10:00 ★2		10:00 ★2 NEW		10:00 ★2	09:30 ★2	09:30 ★3
	リセットフローヨガ		【11/19限定】疲労回復ヨガ		リラックス☆ヨガ	【美容オイルヨガ】リフトアップ小顔ヨガ※参加料¥300	【美容オイルヨガ】オイルでリンパスッキリヨガ※参加料¥300
	Yukiho		Shizuka		Rena	SAKURA	marie
	11:00 ★3 NEW				11:00 ★2 NEW		10:30 ★2
	【11/3祝限定】美柔軟フローヨガ				【10/31限定・ピラティスロール】身体整う、朝のリラックスピラロール※参加料¥500		【ROLL YOGA】ロールde背中革命※参加料500円
	marina				瑛里		Y.ジュンコ
							11:30 ★1
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼						13:30 ★3	
						Music Style Yoga Yuzu	
						14:30 ★2 NEW	14:00 ★3 NEW
						全身リセット発汗ヨガ	◆10/26・11/9開催◆ 【常温ROLL YOGA60分特別クラス】※参加料1000円
						ミツエリ	MINA
							14:00 ★2 NEW
							【11/16限定・ピラティスロール】K-POPで楽しくコアトレ※参加料¥500
							O.YUKA
夜	17:45 ★2	17:45 ★3	17:45 ★3	17:45 ★3 NEW	17:45 ★2		
	【美容オイルヨガ】身体めぐりヨガ※参加料¥300	ハートフルヨガ	フローヨガ	ボディバランスyoga	【ピラティスロール】胸が広がる美姿勢ピラティス☆※参加料500円		
	YUKIKO	yuu	MIO	MINA	O.YUKA		
	18:45 ★3	18:45 ★2	18:45 ★2	18:45 ★2 NEW	18:45 ★3		
	昭和ノスタルジーヨガ	【美容オイルヨガ】美顔トレヨガ※参加料¥300	【美容オイルヨガ】リンパで巡るヨガ※参加料¥300	【ROLL YOGA】姿勢美人ロールヨガ※参加料¥500	股関節集中ヨガ		
	marie	yuu	MIO	MINA	O.YUKA		
		19:45 ★3	19:45 ★2	19:45 ★2			

		女性らしさupヨガ ミツエリ	ストレッチヨガ 奈緒	リラックスアロマヨガ MASUMI			

◆栄伏見スタジオ◆10/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝							
	09:00 ★2 NEW		09:00 ★2 NEW	09:00 ★3	09:00 ★2 NEW	09:00 ★2	09:00 ★2
	【11/3祝限定】 今宵、よく眠れるヨガ 奈緒		【11/12限定】 モーニングリフレッシュヨガ なおこ	気分スッキリストレッチヨガ SAKURA	目覚めのアクティブヨガ JUNKO	【美容オイルヨガ】 肩こり腰痛リリース※参加料300円 JUNKO	【美容オイルヨガ】 リンパケアヨガ※参加料¥300 MASUMI
	10:00 ★3	10:00 ★2	10:00 ★2	10:00 ★1 NEW	10:00 ★2 NEW	10:00 ★2	10:00 ★3
	骨盤調整&ウエストシェイプ kimmy	骨盤ほぐしヨガ JUNKO	モーニングリラックスyoga ERIS	【10/30限定・美容オイルヨガ】 むくみ顔&肩こりサヨナラヨガ※参加料¥300 奈美	【11/7限定】 疲労回復ヨガ Shizuka	リセットヨガ JUNKO	コンディショニングヨガ MASUMI
		11:00 ★1 NEW				11:00 ★3	
		【11/18限定】 ゆるめるヨガ 日向				【ピラティスロール】 ロールで美ボディ☆体幹トレーニング※参加料500円 瑛里	
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼							
						14:00 ★2 NEW	
						◆11/1・11/8開催◆【よもぎ蒸しチェアヨガ】 潤う美肌ヨガ※参加料¥1,000 YOKO	
						15:00 ★3 NEW	
						◆11/1・11/8開催◆リラックス&コアトレヨガ なおこ	
夜							
	18:15 ★2	18:15 ★3	18:15 ★3	18:15 ★3 NEW	18:15 ★2		
	【美容オイルヨガ】 むくみ解消・整うリンパヨガ※参加料¥300 Yuzu	【ピラティスロール】 身体すっきりストレッチ&ボディメイク☆※参加料500円 O.YUKA	ビューティーボディヨガ Satomi	魅せる★しなやかボディピラティス 瑛里	【美容オイルヨガ】 リンパドレナージュ※参加料¥300 tomomi		
	19:15 ★3	19:15 ★2	19:15 ★2	19:15 ★3	19:15 ★3		
Music Style Yoga	腸活デトックスヨガ	【美容オイルヨガ】 アロマリンパで巡る疲れ爽快ヨガ※参加料¥300	【ピラティスロール】 ロールで美ボディ☆体幹トレーニング※参加料500円	アクティブパワーヨガ			

	Yuzu	O.YUKA	Satomi	瑛里	tomomi		
				20:15 ★2			
				癒やしの夜ヨガ			
				tomomi			

◆金山スタジオ◆10/21～レッスンスケジュール

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
朝							
					09:00 ★2	09:45 ★3	09:45 ★3
					モーニングリラックスヨガ SAKURA	リラックス&コアトレヨガ なおこ	Enjoy Yoga Kimiko
	10:00 ★2		10:00 ★1	10:00 ★2	10:00 ★2 NEW	10:45 ★3	10:45 ★3
	ヘルシーシェイプ Rena		【よもぎ蒸しフェアヨガ】よもぎデ トックスヨガ ※参加料¥1,000 JUNKO	【美容オイルヨガ】自律神経 を整えるヨガ ※参加料 ¥300 奈緒	【11/14限定・ROLL YOGA】ロールでGood Bye、秋バテ ※参加料 ¥500 ミツエリ	代謝改善ヨガ AI	フローヨガ MIO
	11:00 ★4 NEW	11:00 ★3	11:00 ★2	11:00 ★3		11:45 ★2	11:45 ★2
	【11/3祝限定・美容オイルヨ ガ】オイルde脂肪燃烧ヨガ ※ 参加料 ¥300 JUNKO	股関節集中ヨガ O.YUKA	ブリージングフロー JUNKO	引き締め★ビューティ-ヨガトレ さやび		ねじるヨガ miku	【美容オイルヨガ】めぐり整う ストレッチヨガ ※参加料 ¥300 Yuzu
祝日は午前クラスのみ開催します。							
昼	11:00 ★3 NEW	13:00 ★2	13:00 ★2			12:45 ★1	12:45 ★3
	【11/17限定】脂肪燃烧パラ ンスヨガ 元香	【よもぎ蒸しフェアヨガ】全身ス ッキリヨガ ※参加料 ¥1000 MIO	リンパスッキリ & 深呼吸ヨガ YOKO			【美容オイルヨガ】アロマ☆ 息抜きヨガ ※参加料 300円 miku	体幹アップ！フローヨガ Yuzu
		14:00 ★2	14:00 ★3 NEW				13:45 ★3 NEW
		やさしい☆代謝アップヨガ JUNKO	◆10/22・11/12開催◆ 【常温ROLL YOGA60分特別 クラス】 ※参加料 1000円 MIO				◆10/26・11/9開催◆【常温 ROLL YOGA60分特別クラス 】 ※参加料 1000円 Kimiko
夜		17:45 ★2		17:45 ★3	17:45 ★2		
		肩こり解消ヨガ SAKURA		代謝アップ MIO	【美容オイルヨガ】美顔トレ ヨガ ※参加料 ¥300 yuu		
	18:30 ★1	18:45 ★3	18:30 ★2	18:45 ★2	18:45 ★3		
	【よもぎ蒸しフェアヨガ】よもぎデ トックスヨガ ※参加料 ¥1,000 JUNKO	【ピラティスロール】ロールで美 ボディ☆体幹トレーニング ※参加料 500円 瑛里	【よもぎ蒸しチエアヨガ】心 も身体も癒すデトックスヨガ ※参加料 ¥1,000 kimmy	【美容オイルヨガ】リンパで 巡るヨガ ※参加料 ¥300 MIO	月礼拝☒ yuu		
	19:30 ★2	19:45 ★2	19:30 ★3	19:45 ★3			
	リセットヨガ JUNKO	心と身体を癒すリラックスヨガ 瑛里	心身を整える 陰陽ヨガ kimmy	リラックスフロー Yuzu			
			20:30 ★2				

			リラクゼーションヨガ kazu				