

	MON [9:00-21:00]	TUE [8:00-21:00]	WED [6:30-17:00]	THU [8:00-21:00]	FRI [8:00-21:00]	SAT [8:00-19:00]
7:00 8:00						
8:00 9:00	9:00-10:00 Core Power Yoga(H) eRii	8:00-9:00 Yoga(H) Mei	9:00-10:00 Yoga Flow(H) eRii	8:00-9:00 Yoga(SH) 富島野乃花	8:00-9:00 Morning Yoga(N) よう	8:00-9:00 Shape Up Yoga(H) Miku
10:00 11:00		10:00-11:00 姿勢調整ヨガ(N) ぜおん	11:00-12:00 Pilates(N) 池畑 薫	10:00-11:00 Yoga(N) 片山 道子	10:00-11:00 Yoga(N) CHISAKA	10:00-11:00 ゆっくりコントロールヨガ(N) 星野麻由
12:00 13:00	12:00-13:00 Yamuna (N) 池畑 薫	12:00-13:00 Takara Training(H) Takara	Private	12:00-13:00 Yoga(H) 片山 道子	12:00-13:00 Yoga(N) CHISAKA	12:00-13:00 Power Vinyasa Yoga(N) Ran/幸村亜美
14:00 15:00	14:00-15:00 Dynamic Stretch(N) 岡内 優香	14:00-15:00 Core Power Yoga(SH) eRii	14:00-15:00 Flow Flow(N) Fei	14:00-14:45 Kick Boxing(N) AACC 阿部 裕幸 ※定員3名	Private	14:00-15:00 Slow Stretch Yoga(N) 幸村亜美 / 上田亜希子/ 富島野乃花
16:00 17:00	16:00-17:00 Yoga(N) Ran	17:00-18:00 Yoga(N) 富島野乃花	16:00- Ancient Yoga Stretch Geneva ~English Class~ 17:30- Yin Yoga(N) Geneva ~English Class~	16:00-17:00 Refresh Flow Yoga(H) 石川めぐみ	16:00-17:00 Yoga(N) 吉用由美	16:00-17:00 Depo Core(SH) 中野 陽子
18:00 19:00	18:00-19:00 Depo Kick Fit(N) 中野 陽子 ※定員3名	19:00-20:00 Yoga(H) Miku	19:00-20:00 Yamuna(N) 池畑薫	18:00-19:00 Power Vinyasa Yoga(N) Ran	18:00-19:00 Relax method(N) 上田亜希子	18:00-19:00 Depo Muscle(N) 大野 滉季
20:00 21:00	20:00-21:00 Body Make Circuit(SH) 中野 陽子			20:00-21:00 Yoga(H) chie	19:30-20:30 Depo Ultimate Training(SH) 廣橋慧一	EVENT 7/10(土)のみ 19:30-20:30 Mental Facilitation 鈴木 泰堂

※Private Lessonは会員様、非会員様共に1時間 ¥11,000-頂戴致します。
 ※換気をしながらのクラス開催となるため、HOTのクラスの室温が通常よりも低くなる可能性があります。