

月	火	水	木	金	土	日
10:30～ ビューティーヨガ YUKI	10:30～ ホットヨガ Chie	10:30～ ホットヨガ Aya	10:30～(45) ホットボクサ Syu-ya	10:30～ ホットパワーヨガ Eri	10:00～ ヨガ 松岡	11:00～(45) ホットボクサ ①③⑤週 Syu-ya ②週 MINA ④週 中川
			1F 11:30～ フィールズボクササイズ 中川	1F 10:30～ ヨガ Yukari		
13:00～(45) ホットボクサ 水谷	13:00～(45) ホットボクサ&キック MINA	12:00～(90) ホットステップアップ ベリーエクササイズ Aya	12:45～ ヨガフロー Tomoyo	13:00～ ホットヨガ Eri	12:00～ ホットヨガ ①③⑤週 野崎 ②④週 Yukari	
14:30～ ホットヨガ 児玉		14:00～ ピラティス 坂元	14:30～(45) ホットサーキット トレーニング 水谷	14:30～(45) ホットキック Syu-ya	13:30～(45) ホットボクサ 中川	
19:00～(45) ホットキック 水谷	19:00～ 温ヨガ YUKI	19:00～(90) ホットヨガ+α Aya	19:00～(45) ホットボクサ Syu-ya	19:00～(45) ①③⑤週 ホットボクサ ②④週 温コアボクサ Syu-ya	15:00～ ①③⑤週 ホットヨガ ②④週 常温 Yuki	
				1F 19:30～ フィールズボクササイズ ①③週にあり 中川		
20:15～(45) ホットボクサ Syu-ya	20:30～ ホットベリーエクササイズ Aya	20:45～ ①③④⑤週 ホットパワーヨガ Eri ②週 21:10～(45) Kohsukeトレーニング	20:15～ ホットヨガ Eri	20:15～ ホットヨガ Yukari		