

SCHEDULE

2017/10/1～10/31

| | 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | 土 | | 日 | |
|--------|-------------------------|-----------------------|------------------------------|-----------------------|---------------------|----------|----------------------------------|---------------------|---------------------------|---------------------------|--|--|--|---|
| | O1studio | O2studio | O1studio | O2studio | O1studio | O2studio | O1studio | O2studio | O1studio | O2studio | O1studio | O2studio | O1studio | O2studio |
| 7:00～ | | | | | | | | 朝ヨガ★(30分) 7:30～ | | | | | | |
| 8:00～ | | | | | | | | | | | | | | |
| 9:00～ | 朝ヨガ 9:00～(NAOKI) | | | リラックス 9:00～ | ハタ(前屈) 9:00～ | | | ベーシックB 9:00～ | | ヒーリング 9:00～ | | リラックスヨガ 9:00～ | | ベーシック 9:00～ |
| 10:00～ | | | | | | | | | | | ハタ(前屈) 9:30～ | | ハタ(後屈) 9:30～ | |
| 11:00～ | | ヒーリング 10:30～ | 岩盤浴 | | | | | ベーシックB 10:30～ | ハタ(前屈) 10:30～ | | | ベーシック 10:30～ | | 動く瞑想 (1.15.29日のみ) エナジーチャージ (8.9.22日のみ) 10:30～ |
| 12:00～ | | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00～ | ハタ(前屈) 12:30～(NAOKI) | | | ベーシックB 12:30～ | 月ヨガ(女性限定) 12:30～ | | | 岩盤浴 | | ストレッチヨガ(上半身) 12:30～ | イベント(80分) 12:30～ (7.21日のみ) | リズムフロー 12:30～ (HONAMI) (14.28日のみ) | ベーシック (1.15.29日のみ) ハタ (8.9.22日のみ) 17:00～ | |
| 14:00～ | | 月ヨガ(女性限定) (HONAMI) | 美骨盤(女性限定) 14:00～ (ERI) | | | | リラックス 14:00～ | コアスロー 14:00～ | | | | | | イベント80分 (1.15.29日のみ) コアスロー (8.9.22日のみ) 14:30～ |
| 15:00～ | | | | | | | | | | | スペシャル(70分) (7.21日のみ) スタンディング (14.28日のみ) 15:00～ | ベーシック 14:30～ | | |
| 16:00～ | | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00～ | ベーシックB 16:30～ | | コアスロー 16:30～ | | | | ハタ 16:30～ | リラックス 16:30～ | | ヒーリング 16:30～ | | リラックス 16:30～ | ベーシック (8.9.22日のみ) ハタ (1.15.29日のみ) 17:00～ | スペシャル(70分) 16:30～ |
| 18:00～ | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00～ | ベーシック 18:30～ | | ベーシックB 18:30～ | | ベーシック 18:30～ | | コアシェイプ(60分) 19:00～ (YUKIE) | 美骨盤(女性限定) 18:30～ | | 180度開脚ヨガ 19:00～(Nanae) | | 自分に優しいヨガ 19:00～ (KAMEDA) | | |
| 20:00～ | エナジーチャージ 20:00～ | | スペシャル(70分) 20:00～ | | 美眼ヨガ 20:00～ | | | ハタ(後屈) | | コアスロー 20:00～ | | | | |
| 21:00～ | | リラックス 20:20～21:20 | | ハタ(前屈) 20:20～21:20 | | | ヒーリング 20:20～21:20 | | ナイトヨガ(60分) 20:20～21:20 | | 岩盤浴 | | | |