

◆4月～グループレッスンスケジュール◆

※休講になる場合もありますので、当日の開催の有無は予約システムを御覧ください。

※スタジオドアオープンは10分前をお願いします。

|                     | 月                                    | 火   | 水   | 木   | 金   | 土   | 日   |
|---------------------|--------------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 7:00                |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
| 8:00                | 8:00～(50分)<br>目覚めヨガ<br>YUJI<br>※定員5名 | 8:00～(50分)<br>目覚めヨガ<br>YUJI<br>※定員5名      | 8:00～(50分)<br>目覚めヨガ<br>YUJI<br>※定員5名      | 8:00～(50分)<br>目覚めヨガ<br>YUJI<br>※定員5名      | 8:00～(50分)<br>目覚めヨガ<br>YUJI<br>※定員5名      | 8:00～(50分)<br>目覚めヨガ<br>YUJI<br>※定員5名      | 8:00～(50分)<br>目覚めヨガ<br>YUJI<br>※定員5名        |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
| 9:00                |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   | 9:15～(60分)<br>ハタヨガ<br>YUJI                | 9:15～(60分)<br>MFYリラックス<br>HANAKO            |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
| 10:00               | 10～18時<br>養成or<br>ハートソナル             | 10:00～(60分)<br>MFYビューティー<br>YUKO<br>※女性限定 | 10:00～(60分)<br>リリースフロー<br>HANAKO<br>※女性限定 | 10:00～(60分)<br>MFYシェイプ<br>HITOMI<br>※女性限定 | 10:00～(60分)<br>骨盤ヒップアップ<br>YAYOI<br>※女性限定 |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
| 11:00               |                                      |   |   |   |   | 10:45～(60分)<br>MFYシェイプ<br>HANAKO<br>※女性限定 | 10:45～(60分)<br>MFYビューティー<br>HANAKO<br>※女性限定 |
| 12:00               |                                      |   |   |   |   |   |   |
| 13:00               |                                      |   | 13時～19時位<br>ハートソナル                        | 13時～19時位<br>ハートソナル                        |   |   |   |
| 14:00               |                                      | 13時～21時<br>ハートソナル                         |   |   | 13時～19時位<br>ハートソナル                        | 13時～18時位<br>ハートソナル                        | 13時～17時<br>ハートソナル                           |
| 15:00<br>～<br>18:00 |                                      |   |   |   |   |   |   |
| 19:00               |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
| 20:00               |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |
|                     |                                      |   |   |   |   |   |   |