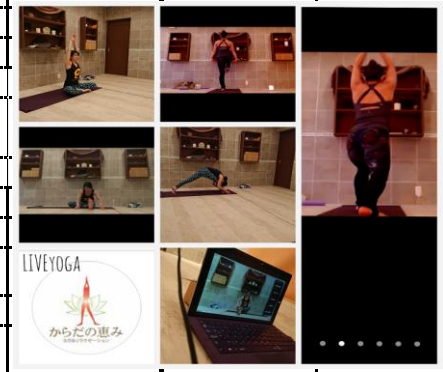
月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
スタジオ	LIVEyoga	スタジオ	LIVEyoga	スタジオ	LIVEyoga	スタジオ	LIVEyoga	スタジオ	LIVEyoga	スタジオ	LIVEyoga
						21日		22日		23日	
							10:30-11:30		1030-1130		1030-1130
							スッキリ朝yoga		代謝Upyoga		巡りのヨガ
							chie		sayumi		noriko
							1200-1300				12:00-13:00
							美しくなる顔yoga				温活ヨガ
							masumi				megumi
											1500-1600
											パワーヨガ
											Chie
							19:20-20:20		1830-1930		
							脂肪燃焼筋トレ女子		アンチエイジングyoga		
							chie		minako		
25日		26日		27日		28日		29日		30日	
	1030-1130		10:30-11:30		10:30-11:30		10:30-11:30		1030-1130		1030-1130
	柔らかくなるyoga		リフレッシュヨガ	テニスボールを2個ご用意くださ	歪みを整えるヨガ		痩せるフローヨガ		ハタヨガ		巡りのヨガ
	chie		erika		chie		chie		noriko		noriko
	1400-1500						13:30-14:30				12:00-13:00
	リンパyoga						疲労回復ヨガ				温活ヨガ
	yumi					テニスボールを1個ご用意くださ	chie				megumi
											1500-1600
											パワーヨガ
											Chie
	18:30-19:30		19:00-20:00				19:20-20:20		1830-1930		
	美背中yoga【フェイスタオル使用】		月と夜ヨガ				鬼筋トレ女子		アンチエイジングyoga		
	chie		erika				chie		minako		