

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					
9:00					DOOR OPEN 8:30	DOOR OPEN 8:30
10:00				10:00~小野沢 唯 パワーヨガ		8:45 宮田奈緒 朝ヨガ
11:00				11:20~小野沢 唯 リラックスヨガ		
12:00						
13:00				13:00 永田昭子 ハタヨガ		
14:00				14:20 永田昭子 アロマヨガ		14:30~佐藤みどり パワーヨガ
15:00	14:30~安藤恭子 ヴィンヤサフロ		14:30~上村さやか ハタヨガ	14:30~鈴木奈保子 アシュタンガヨガビギナー	15:00~杉本卓万 ハタヨガ	15:50~佐藤みどり 骨盤調整ヨガ
16:00	15:50~安藤恭子 リラックスヨガ		15:50~上村さやか リストラティブヨガ	15:50~鈴木奈保子 肩こり解消ヨガ	16:20~杉本卓万 7ドハンスヨガ	
17:00						
18:00						
19:00	19:30~小野沢 唯 デトックスヨガ		18:45~平山真希 パワーヨガ		18:45~宮田奈緒 骨盤調整ヨガ	
20:00			20:00~平山真希 陰ヨガ			
9:00					DOOR OPEN 8:30	DOOR OPEN 8:30
10:00						8:45 宮田奈緒 朝ヨガ
11:00				10:00~小野沢 唯 パワーヨガ		
12:00				11:20~小野沢 唯 リラックスヨガ		
13:00	13:00~櫻庭優子 シェイプアップヨガ			13:00 永田昭子 ハタヨガ		
14:00	14:20~櫻庭優子 骨盤調整ヨガ		14:30~上村さやか ハタヨガ	14:20 永田昭子 アロマヨガ	14:30~櫻庭優子 骨盤調整ヨガ	14:30~佐藤みどり パワーヨガ
15:00		14:30~安藤恭子 ヴィンヤサフロ	15:50~上村さやか リストラティブヨガ	14:30~鈴木奈保子 アシュタンガヨガビギナー	15:50~櫻庭優子 リラックスヨガ	13:50~佐藤みどり ヨガリフレ
16:00		15:50~安藤恭子 リラックスヨガ		15:50~鈴木奈保子 リラックスヨガ		
17:00						
18:00						
19:00	18:45~吉田有美 骨盤調整ヨガ		18:45~平山真希 ヴィンヤサフロ			
20:00	20:00~吉田有美 ハタヨガ		20:00~平山真希 陰ヨガ			
9:00					DOOR OPEN 8:30	DOOR OPEN 8:30
10:00						8:45 宮田奈緒 朝ヨガ
11:00						
12:00				10:00~小野沢 唯 パワーヨガ		
13:00	13:00~櫻庭優子 パワービギナーヨガ			11:20~小野沢 唯 リラックスヨガ		
14:00	14:20~櫻庭優子 リラックスヨガ		14:30~上村さやか ハタヨガ	13:00 永田昭子 ハタヨガ		
15:00		14:30~安藤恭子 ヴィンヤサフロ	14:50~上村さやか リストラティブヨガ	14:20 永田昭子 アロマヨガ	15:00~杉本卓万 ハタヨガ	14:30~佐藤みどり パワーヨガ
16:00		15:50~安藤恭子 リラックスヨガ		15:50~鈴木奈保子 骨盤調整ヨガ	16:20~杉本卓万 7ドハンスヨガ	15:50~佐藤みどり 骨盤調整ヨガ
17:00						
18:00						
19:00	18:45~吉田有美 パワーヨガ	19:30~小野沢 唯 アドバンスヨガ	18:45~平山真希 パワーヨガ		18:45~宮田奈緒 ハタヨガ	
20:00	20:00~吉田有美 骨盤調整ヨガ		20:00~平山真希 陰ヨガ			
☆フルムーンキャンペーン☆ 6/22~6/28の期間、ヨガワークス商品が10%OFF						
9:00						8:45~宮田奈緒 朝ヨガ
10:00						
11:00						
12:00						
13:00	13:00~櫻庭優子 パワービギナーヨガ					
14:00	14:20~櫻庭優子 リラックスヨガ		14:30~上村さやか ハタヨガ	10:00~小野沢 唯 パワーヨガ		
15:00		14:30~安藤恭子 ヴィンヤサフロ	14:50~上村さやか リストラティブヨガ	11:20~小野沢 唯 リラックスヨガ	13:00 永田昭子 ハタヨガ	
16:00		15:50~安藤恭子 リラックスヨガ		14:30~鈴木奈保子 アシュタンガヨガビギナー	14:20 永田昭子 アロマヨガ	14:30~佐藤みどり パワーヨガ
17:00				15:50~鈴木奈保子 肩こり解消ヨガ		15:50~佐藤みどり リフレヨガ
18:00						
19:00	18:45~吉田有美 ハタヨガ		18:45~平山真希 ヴィンヤサフロ		18:45~宮田奈緒 リフレヨガ	
20:00	20:00~吉田有美 リラックスヨガ		20:00~平山真希 陰ヨガ			
9:00						
10:00						
11:00						
12:00						
13:00	13:00~櫻庭優子 シェイプアップヨガ					
14:00	14:20~櫻庭優子 リラックスヨガ		14:30~上村さやか ハタヨガ			
15:00		14:30~安藤恭子 ヴィンヤサフロ	15:50~上村さやか リストラティブヨガ			
16:00		15:50~安藤恭子 リラックスヨガ				
17:00						
18:00						
19:00	18:45~吉田有美 シェイプアップヨガ	19:30~小野沢 唯 アドバンスヨガ	18:45~平山真希 パワーヨガ			
20:00	20:00~吉田有美 骨盤調整ヨガ		20:00~平山真希 陰ヨガ			

・当日30分前までにプラチナスクールからご予約をお願いします。
 ・お電話でのご予約は受付ておりません。
 ・レッスン内容や担当インストラクターは変更になる場合がございます。
 ・スケジュールは毎月変動の可能性があります。

※レッスンの時間は完全固定ではありませんので
 都度確認をお願いいたします

このマークの付いた
 レッソンは
 マタニティの方も
 受講頂けます(^^)

【スケジュールQRコード】

