

日付	開始時間	終了時間	レッスン名	日付	開始時間	終了時間	レッスン名
6月1日(月)	6:00	6:30	朝陽礼拝30 chisa	6月16日(火)	6:00	6:30	ヨガトレセット30 sayo★
6月1日(月)	10:30	11:00	ヨガトレセット30 hitomi★	6月16日(火)	21:00	21:30	ヨガトレセット30 けいこ
6月1日(月)	22:00	22:30	ヨガトレ30 mao★	6月16日(火)	21:30	22:00	ヨガトレインナーメイク30 けいこ
6月2日(火)	6:00	6:30	ヨガトレセット30 sayo★	6月17日(水)	9:00	9:30	ヨガトレセット30 けいこ
6月2日(火)	9:00	10:00	ヨガトレ60 sayo	6月17日(水)	9:30	10:00	ヨガトレインナーメイク30 けいこ
6月2日(火)	21:00	21:15	足、下半身ストレッチ15 けいこ	6月17日(水)	21:00	21:10	【動画】フォームローラー/腰痛予防&改善10 UCO
6月3日(水)	6:00	6:30	ヨガトレ30 chisa	6月18日(木)	9:00	10:00	ヨガトレ60 sayo
6月3日(水)	9:00	9:30	ヨガトレセット30 けいこ	6月18日(木)	10:30	11:00	ヨガトレセット30 けいこ
6月3日(水)	9:30	10:00	ヨガトレインナーメイク30 けいこ	6月18日(木)	21:00	21:30	ヨガトレセット30 namiko★
6月4日(木)	10:00	10:15	ヨガトレセット15 UCO	6月19日(金)	8:30	9:00	ヨガトレ30 みさこ
6月4日(木)	21:00	21:30	ヨガトレセット30 けいこ	6月19日(金)	10:30	11:00	ヨガトレセット30 hitomi
6月4日(木)	21:45	22:45	リラククスヨガ60 Maki	6月19日(金)	21:00	21:30	"ちゃんとしなきゃ"をゆるめる夜トーク30 ゆりか松★
6月5日(金)	9:30	10:00	ヨガトレセット30 mao★	6月20日(土)	6:00	6:30	朝陽礼拝30 chisa
6月5日(金)	20:00	20:30	親子でヨガトレ30 ゆりか松★	6月20日(土)	9:30	10:00	ヨガトレセット30 けいこ
6月5日(金)	21:00	21:10	【動画】フォームローラー/脚のむくみ改善! 10 UCO	6月20日(土)	10:30	11:30	ヨガトレ60 hitomi★
6月6日(土)	6:00	6:30	朝陽礼拝30 chisa	6月21日(日)	6:00	6:30	下半身ほぐし30 chisa
6月6日(土)	10:30	11:30	ヨガトレ60 hitomi★	6月21日(日)	10:30	11:30	ヨガトレ60 chisa
6月6日(土)	21:00	22:00	ヨガトレ60 けいこ	6月21日(日)	21:30	22:00	夏に向けて代謝アップフロア30 Maki
6月7日(日)	6:00	6:30	ヨガトレ30 chisa	6月22日(月)	6:00	6:30	朝陽礼拝30 chisa
6月7日(日)	10:30	11:00	身体ほぐし30 hitomi★	6月22日(月)	10:30	11:00	リセット30 hitomi★
6月7日(日)	21:00	21:10	【動画】フォームローラー/背中バキバキ改善! 10 UCO	6月22日(月)	22:00	22:30	ヨガトレ30 mao★
6月8日(月)	9:00	9:30	肩こり解消30 Maki	6月23日(火)	6:00	6:30	ヨガトレセット30 sayo★
6月8日(月)	10:00	10:15	ヨガトレセット15 UCO	6月23日(火)	10:00	10:15	ヨガトレセット15 UCO
6月8日(月)	22:00	22:30	ヨガトレ30 mao★	6月23日(火)	21:00	21:15	足、下半身ストレッチ15 けいこ
6月9日(火)	6:00	6:30	ヨガトレセット30 sayo★	6月24日(水)	6:00	6:30	朝ストレッチ30 sayo★
6月9日(火)	10:30	11:00	リセット30 hitomi	6月24日(水)	9:00	9:30	ヨガトレインナーメイク30 けいこ
6月9日(火)	21:00	21:15	足、下半身ストレッチ15 けいこ	6月24日(水)	10:30	11:00	身体ほぐし30 hitomi
6月10日(水)	6:00	6:30	朝ストレッチ sayo★	6月25日(木)	6:00	6:30	ヨガトレ30 chisa
6月10日(水)	9:00	9:30	ヨガトレセット30 けいこ	6月25日(木)	9:30	10:00	ヨガトレセット30 けいこ
6月10日(水)	9:30	10:00	ヨガトレインナーメイク30 けいこ	6月25日(木)	21:30	22:30	柔軟アップヨガ60 Maki
6月11日(木)	6:00	6:30	ヨガトレ30 chisa	6月26日(金)	6:00	6:30	ヨガトレセット30 sayo★
6月11日(木)	9:30	10:00	ヨガトレセット30 けいこ	6月26日(金)	9:30	10:00	ヨガトレセット30 mao★
6月11日(木)	21:30	22:00	ヨガトレ30 namiko★	6月26日(金)	21:00	22:00	夏に向けて代謝アップフロア60 Maki
6月12日(金)	9:30	10:00	ヨガトレ30 mao★	6月27日(土)	10:30	11:00	ヨガトレインナーメイク30 hitomi★
6月12日(金)	11:00	11:15	ヨガトレセット15 UCO	6月27日(土)	21:00	22:00	ヨガトレ60 けいこ
6月12日(金)	21:00	21:10	【動画】フォームローラー/呼吸が楽になる! 10 UCO	6月27日(土)	22:00	22:15	足、下半身ほぐし15 けいこ
6月13日(土)	6:00	6:30	ヨガトレセット30 sayo★	6月28日(日)	6:00	6:10	【動画】寝ながらできるストレッチ UCO
6月13日(土)	10:30	11:00	ヨガトレセット30 hitomi★	6月28日(日)	10:30	11:00	身体ほぐし hitomi★
6月13日(土)	21:00	22:00	ヨガトレ60 けいこ	6月28日(日)	11:00	11:30	ヨガトレセット30 hitomi★
6月14日(日)	6:00	7:00	ヨガトレ60 ゆりか松★	6月29日(月)	6:00	6:10	【動画】サクッと尻上げ15 わか
6月14日(日)	10:30	11:30	ヨガトレ60 hitomi★	6月29日(月)	10:00	10:15	ヨガトレセット15 UCO
6月14日(日)	21:00	21:30	ヨガトレセット30 namiko★	6月29日(月)	22:00	22:30	ヨガトレ30 mao★
6月15日(月)	5:45	6:30	新月ジャーナリング&太陽礼拝45 chisa	6月30日(火)	5:45	6:30	満月ジャーナリング&太陽礼拝45 chisa
6月15日(月)	10:00	10:15	ヨガトレセット15 UCO	6月30日(火)	10:30	11:00	ヨガトレインナーメイク30 hitomi
6月15日(月)	22:00	22:30	ヨガトレ30 mao★	6月30日(火)	9:30	10:00	ヨガトレセット30 けいこ