

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
7:00-8:00 イージーヨガ& メディテーション	7:00-8:00 イージーヨガ& メディテーション Mary Beth Horiai	7:00-8:00 イージーヨガ& メディテーション Alexandra Gray	7:00-8:00 イージーヨガ& メディテーション Mary Beth Horiai	7:00-8:00 コア・ストレンクス ヨガ		
8:30-9:30 ヴィンヤサ フローヨガ	8:30-9:30 ヴィンヤサ フローヨガ Mary Beth Horiai	8:30-9:30 ヴィンヤサ フローヨガ Alexandra Gray	8:30-9:30 ヴィンヤサ フローヨガ Mary Beth Horiai	8:30-9:30 ヴィンヤサ フローヨガ Alexandra Gray		9:00-10:00 Naupaka エンジョイ・フラ Hokulani
10:00-11:00 ストレッチ・ヨガ Yoka Takahashi	10:00-11:00 シニア世代のための 優しいヨガ	10:00-11:00 骨盤調整ヨガ ひら	10:00-11:00 アロマ・ストレッチ ヨガ ひら	10:00-11:00 シニア世代のための 優しいヨガ Alexandra Gray	9:30-10:30 Pineapple Squeeze エンジョイ・フラ 未就学児4-6才 Kellianne 10:30-11:30 Pineapple princess エンジョイ・フラ 小学生6-12才 Kellianne	10:00-11:00 Pikake フラ初級 Donna
11:30-12:30 シニア世代のための 優しいヨガ Yoka Takahashi	11:30-12:30 ストレッチ・ヨガ	11:30-12:30 Pua Lilia / Kupuna フラ初級 Donna 12:30-13:30 Pua Lilia / Kupuna タヒチアン初級 Donna 13:45-14:45 ヘルシーストレッチ ヨガ Agata Jargilo	11:30-12:30 身体が硬い人の ためのヨガ ひら	11:30-12:30 柔軟な股関節を 作るヨガ Yoka Takahashi 13:00-14:00 肩こり改善のヨガ Yoka Takahashi	11:30-13:30 Fetia フラ中級 タヒチアン中級 Hokulani 14:00-15:00 Mokihana ショークラス Nicole 15:00-16:00 Mokihana フラ初級 Nicole 16:00-17:00 Mokihana タヒチアン初級 Nicole	11:00-12:00 Pakalana タヒチアン初級 Donna 12:00-13:00 Pakalana フラ初級 Donna
16:30-17:30 コア・ストレンクス ヨガ	16:30-17:30 ハタ・ヨガ入門 Agata Jargilo	16:30-17:30 デトックス・ヨガ Mary Beth Horiai	16:30-17:30 コア&柔軟性の ためのヨガフロー Agata Jargilo			16:30-17:30 肩こり改善のヨガ Yoka Takahashi
18:00-19:00 ハタ・ヨガ入門	18:00-19:00 ヘルシーストレッチ ヨガ Agata Jargilo	18:00-19:00 イージーヨガ& メディテーション Mary Beth Horiai	18:00-19:00 アロマ・リラクシング ヨガ Agata Jargilo		17:30-18:30 Gracious Ladies フラ中級 Jasmin 18:30-19:30 Gracious Ladies タヒチアン中級 Jasmin	18:00-19:00 柔軟な股関節を 作るヨガ Yoka Takahashi
19:30-20:30 Lehua フラ初級 Kellianne	19:30-20:30 Tiare フラ入門 Donna	19:30-20:30 Pua Kenikeni フラ初級 Kristen	19:30-20:30 Plumeria フラ初級 Jasmin	19:30-20:30 Hula Basic ① フラ・ベーシック① Hokulani	19:30-20:30 Gracious Ladies ショークラス Jasmin	
20:30-21:30 Lehua タヒチアン初級 Kellianne	19:30-20:30 Tiare タヒチアン入門 Donna	20:30-21:30 Pua Kenikeni タヒチアン初級 Kristen	20:30-21:30 Plumeria タヒチアン初級 Jasmin			
21:30-22:30 Lehua ショークラス Kellianne			21:30-22:30 Plumeria ショークラス Jasmin			