

| 日付 | | スタジオ | 時間 | レッスン名 | インストラクター | | レッスン名 | インストラクター |
|------|-----|-------|------------|------------|----------|------------|-----------|----------|
| 3/2 | (金) | 美ナーレ | 21:15 ～ | リラックスヨガ | あさこ | ⇒ | リラックスヨガ | YOU |
| | | | 22:15 | | | | | |
| 3/7 | (水) | 美ナーレ | 10:20 ～ | 背中すっきりヨガ | yuki | | 背中すっきりヨガ | YUKO |
| | | | 11:05 | | | | | |
| 3/17 | (土) | プール | 19:15 ～ | スイムディスタンス | 近藤(知) | | スイムディスタンス | 桑村 |
| | | | 20:00 | | | | | |
| 3/20 | (火) | SHINE | 13:25 ～ | フラダンス | 松本 | フラダンス | 岡村 | |
| | | | 14:25 | | | | | |
| 3/23 | (金) | 美ナーレ | 14:30 ～ | ウェストすっきりヨガ | yuki | ウェストすっきりヨガ | 高橋 | |
| | | | 15:15 | | | | | |
| 3/31 | (土) | プール | 18:15 ～ | アクアビクス | 近藤(知) | アクアビクス | 佐藤(こ) | |
| | | | 19:00 | | | | | |