和歌山店【10月1日～10月8日スケジュール】

2024年10月8日更新

	10月1日(火)	10月2日(水)	10月3日(木)	10月4日(金)	10月5日(土)	10月6日(日)	10月7日(月)	10月8日(火)
9:00							定休日	
10:00	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 西川	10:30～11:30 スリムアッププレス 黒川	10:30～11:30 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ (会員様限定)上村	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 上村	10:30～11:30 スタンダード60 岡畑	10:30～11:30 腟トレ ビューティーヨガ 黒川		10:30～11:30 ダイエットヨガ 上村
11:00								
12:00	12:00～13:00 Sound Feel Yoga ver.2 古田	12:00～13:00 腸活ヨガ ver.2 西川	12:00～13:00 もも尻ヨガティス 上村	12:00～13:00 スタンダード60 岡畑	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 古田	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 黒川		12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 上村
13:00	13:30～14:30 肩コリラックスヨガ 上村	13:30～14:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)西川	13:30～14:30 スタンダード60 岡畑	13:30～14:30 ホットピラティス 上村	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 古田	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 古田		13:30～15:00 アドバンス90 (会員様限定) 黒川
14:00								
15:00	15:00～16:00 ダイエットヨガ 上村	15:00～16:00 リンパデトックスヨガ 古田		15:00～16:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 西川	15:45～16:45 スタンダード60 岡畑	15:45～16:45 背中美人ヨガ 古田		
16:00								
17:00			17:30～18:30 スタンダード60 岡畑		17:30～18:30 腟トレ ビューティーヨガ 黒川			
18:00	18:00～19:00 腸活ヨガ ver.2 黒川	18:00～19:00 背中美人ヨガ 古田		18:00～19:00 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ (会員様限定)西川				18:00～19:00 スタンダード60 岡畑
19:00	19:30～20:30 スタンダード60 岡畑	19:30～20:30 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ (会員様限定)上村	19:00～20:00 腟トレ ビューティーヨガ 黒川	19:30～20:15 ピラティスブートキャンプ 黒川	19:00～20:00 もも尻ヨガティス 黒川			19:30～20:30 腸活ヨガ ver.2 西川
20:00			20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 黒川					
21:00	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 黒川	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 上村		21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 黒川				21:00～22:00 スリムアッププレス 西川
22:00								

和歌山店【10月9日～10月15日スケジュール】

	10月9日(水)	10月10日(木)	10月11日(金)	10月12日(土)	10月13日(日)	10月14日(月)	10月15日(火)
9:00						定休日	
10:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 古田	10:30～11:30 ホットピラティス 黒川	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 西川	10:30～11:30 背中美人ヨガ 古田	10:30～11:30 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ (会員様限定)上村		10:30～11:30 スタンダード60 岡畑
11:00							
12:00	12:00～13:00 スタンダード60 岡畑	12:00～13:00 腟トレ ビューティーヨガ 黒川	12:00～13:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)西川	12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 黒川	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 黒川		12:00～13:00 腸活ヨガ ver.2 黒川
13:00	13:30～14:15 BEAT CORE HIIT 上村	13:30～14:30 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ (会員様限定)西川	13:30～14:30 スタンダード60 岡畑	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 古田	14:00～15:00 スタンダード60 岡畑		13:30～14:30 もも尻ヨガティス 黒川
14:00							
15:00		15:00～16:00 スタンダード60 岡畑	15:00～16:00 背中美人ヨガ 古田	15:45～16:45 ホットピラティス 上村	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 古田		15:00～16:00 肩コリラックスヨガ 上村
16:00							
17:00				17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 上村			
18:00	18:00～18:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 黒川	18:00～19:00 スタンダード60 岡畑	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 古田				18:00～19:00 ダイエットヨガ 上村
19:00	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 西川	19:30～20:30 スリムアッププレス 西川	19:30～20:30 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ (会員様限定)上村	19:00～20:00 スタンダード60 岡畑			19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 古田
20:00							
21:00	21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 西川	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 西川	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 上村				21:00～22:00 背中美人ヨガ 古田
22:00							

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-969　営業時間　9:00～18:00　※受付時間以外はインターネットからのご予約をご利用下さい(24時間受付)

◆クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

◆キャンセル待ちをされる場合は、【キャンセル待ち期限】の設定をお願い致します。

◆当日にキャンセルをされる場合はレッスン開始の一時間前までにはインターネット及びコールセンターにてキャンセルをお受け致します。

◆レッスン開始時刻一時間前を過ぎてからのキャンセルは時間外キャンセルとなります。

◆無断欠席された場合も、時間外キャンセルとなります。時間外キャンセルが月に二回以上で、翌月の予約可能回数が一回ずつに制限されます。

※キャンセル料は発生致しませんが時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。

レッスンのWEB予約はこちらから♪

和歌山店【10月16日～10月23日スケジュール】

	10月16日(水)	10月17日(木)	10月18日(金)	10月19日(土)	10月20日(日)	10月21日(月)	10月22日(火)	10月23日(水)
9:00						定休日		
10:00	10:30～11:30 ホットピラティス 黒川	10:30～11:30 スリムアッププレス 西川	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 古田	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 古田	10:30～11:30 スタンダード60 岡畑		10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 西川	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 黒川
11:00								
12:00	12:00～13:00 スタンダード60 岡畑	12:00～13:00 免疫セラピーヨガ 西川	12:00～13:00 Sound Feel Yoga ver.2 古田	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 黒川	12:15～13:15 スリムアッププレス 西川		12:00～13:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 西川	12:30～13:30 肩コリラックスヨガ 上村
13:00	13:30～14:30 腸活ヨガ ver.2 黒川	13:30～14:30 スタンダード60 岡畑	13:30～14:30 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ (会員様限定)上村	14:00～15:00 背中美人ヨガ 古田	13:45～14:45 子宮温活ヨガ 上村		13:30～14:30 子宮温活ヨガ 上村	14:00～15:00 ダイエットヨガ 上村
14:00								
15:00	15:00～16:00 Sound Feel Yoga ver.2 古田	15:00～16:00 肩コリラックスヨガ 上村	15:00～16:00 スタンダード60 岡畑	15:45～16:45 スタンダード60 岡畑	15:15～16:45 アドバンス90 (会員様限定) 黒川		15:00～16:00 もも尻ヨガティス 上村	
16:00								
17:00				17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 黒川				
18:00	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 古田	18:00～18:45 BEAT CORE HIIT 上村	18:00～19:00 腹トレ ビューティーヨガ 黒川				18:00～19:00 背中美人ヨガ 古田	18:00～19:00 免疫セラピーヨガ 西川
19:00				19:00～20:00 スリムアッププレス 黒川				
19:30	19:30～20:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 西川	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 古田	19:30～20:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 黒川				19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 古田	19:30～20:30 Sound Feel Yoga ver.2 古田
20:00								
21:00	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)西川	21:00～22:00 背中美人ヨガ 古田	21:00～22:00 スタンダード60 岡畑				21:00～22:00 スリムアッププレス 黒川	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 古田
22:00								

和歌山店【10月24日～10月31日スケジュール】

	10月24日(木)	10月25日(金)	10月26日(土)	10月27日(日)	10月28日(月)	10月29日(火)	10月30日(水)	10月31日(木)
9:00					定休日			
10:00	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 黒川	10:30～11:30 スタンダード60 岡畑	10:30～11:30 子宮温活ヨガ 上村	10:30～11:30 スリムアッププレス 西川		10:30～11:30 もも尻ヨガティス 上村	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 古田	10:30～11:30 スタンダード60 岡畑
11:00								
12:00	12:00～13:00 スタンダード60 岡畑	12:00～13:00 腸活ヨガ ver.2 西川	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 上村	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 西川		12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 上村	12:00～13:00 背中美人ヨガ 古田	12:00～13:00 腹トレ ビューティーヨガ 黒川
13:00	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 古田	13:30～14:30 背中美人ヨガ 古田				13:30～14:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)西川	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 西川	13:30～14:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 黒川
14:00			14:00～15:00 スタンダード60 岡畑	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 古田				
15:00						15:00～16:00 免疫セラピーヨガ 西川		15:00～16:00 スタンダード60 岡畑
16:00			15:45～16:45 腹トレ ビューティーヨガ 黒川	15:45～16:45 スタンダード60 岡畑				
17:00			17:30～18:30 スリムアッププレス 黒川				17:30～19:00 アドバンス90 (会員様限定) 黒川	
18:00	18:00～19:00 スタンダード60 岡畑	18:00～19:00 子宮温活ヨガ 上村				18:00～19:00 スタンダード60 岡畑		18:00～19:00 ホットピラティス 黒川
19:00			19:00～20:00 スタンダード60 岡畑					
19:30	19:30～20:30 腸活ヨガ ver.2 西川	19:30～20:30 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ (会員様限定)上村				19:30～20:15 ピラティスブートキャンプ 黒川	19:30～20:30 免疫セラピーヨガ 西川	19:30～20:30 スリムアッププレス 西川
20:00								
21:00	21:00～22:00 ホットピラティス 上村	21:00～21:45 ピラティスブートキャンプ 黒川				21:00～22:00 腹トレ ビューティーヨガ 黒川	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 黒川	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 西川
22:00								