

都城店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年11月30日更新

12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (90分) 岩成	定休日	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (90分) 福留	10:30~11:30 オトナのための オールインワンヨガ (90分) 下西		10:30~11:30 スタンダード80 (90分) 黒江	10:30~11:30 ホットピラティス (90分) 下西	10:30~11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成	
12:15~13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (90分) 大塚		12:15~13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (90分) 岩成			12:15~13:15 Sound Feel Yoga ver.2.(90分) 福留	12:15~13:15 金身とのお 腹たままヨガ (90分) 福留	12:15~13:15 スタンダード80 (90分) 黒江
14:00~14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成		14:00~15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (90分) 福留	14:00~15:00 スタンダード80 (90分) 岩成			14:00~15:00 子宮温活ヨガ (90分) 福留	14:00~15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分) 下西	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (90分) 岩成
15:45~16:45 セルトル美脚ヨガ (90分) 大塚							15:45~16:45 背中美人ヨガ (90分) 福留	15:45~16:45 スタンダード80 (90分) 黒江
							17:30~18:30 スタンダード80 (90分) 黒江	
			17:30~18:30 ダイエットヨガ (90分) 下西		17:30~18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(90分) 下西	17:30~18:30 骨盤矯正ヨガ (90分) 下西		
			19:15~20:15 オトナのための オールインワンヨガ (90分) 下西	19:15~20:15 背中美人ヨガ (90分) 福留	19:15~20:15 スタンダード80 (90分) 岩成	19:15~20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成		
			21:00~22:00 スタンダード80 (90分) 黒江	21:00~22:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (90分) 福留	21:00~21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成	21:00~22:00 ホットピラティス (90分) 下西		

都城店【12月9日～12月16日スケジュール】

12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30~11:30 骨盤矯正ヨガ (90分) 下西	10:30~11:30 スタンダード80 (90分) 岩成		10:30~11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (90分) 福留	10:30~11:30 エアロビヨガ (90分) 福留	10:30~11:30 肩コリリラックスヨガ (90分) 下西	定休日
	12:15~13:15 スタンダード80 (90分) 黒江	12:15~13:15 子宮温活ヨガ (90分) 福留		12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (90分) 福留	12:15~13:15 子宮温活ヨガ (90分) 福留	12:15~13:15 背中美人ヨガ (90分) 福留	
	14:00~15:00 ダイエットヨガ (90分) 下西			14:00~15:00 スタンダード80 (90分) 黒江	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (90分) 岩成	14:00~15:00 オトナのための オールインワンヨガ (90分) 下西	
					15:45~16:45 スタンダード80 (90分) 岩成	15:45~16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (90分) 福留	
					17:30~18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分) 下西		
	17:30~18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成	17:30~18:30 ホットピラティス (90分) 下西	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ (90分) 黒江	17:30~18:30 オトナのための オールインワンヨガ (90分) 下西			
	19:15~20:15 スタンダード80 (90分) 黒江	19:15~20:15 リンパデトックスヨガ (90分) 黒江	19:15~20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成	19:15~20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分) 下西			
	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ (90分) 岩成	21:00~22:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(90分) 下西	21:00~22:00 スタンダード80 (90分) 黒江	21:00~21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成			

- ◆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の開始の1時間前まで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。
  - ◆レッスンの開始時刻1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。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



都城店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年11月30日更新

12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30~11:30 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 福留	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 岩成		10:30~11:30 子宮温活ヨガ (80分) 福留	10:30~12:00 フェスタ特別WS 福留	10:30~11:30 小顔リフトピラティス (80分) 岩成	定休日	10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 黒江
12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 岩成	12:15~13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成		12:15~13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 下西	12:45~13:45 特別レッスン 黒江	12:15~13:00 ピラティス フットキャンブ (45分) 岩成		12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 黒江
14:00~14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成	14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 黒江		14:00~15:00 アロマリラクソヨガ FRUITY DIET (80分) 福留	14:30~15:30 小顔リフトピラティス (80分) 岩成	14:00~15:00 ホットピラティス (80分) 下西		14:00~14:45 ピラティス フットキャンブ (45分) 岩成
				16:15~17:15 特別レッスン 下西	15:45~16:45 骨盤矯正ヨガ (80分) 下西		
17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 黒江		17:00~18:30 アドハンス80 (会員様限定) (80分) 下西	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 黒江				17:30~18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 下西
19:15~20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 黒江	19:15~20:15 オトナののための オールインワンヨガ (80分) 下西	19:15~20:15 スタンダード80 (80分) 岩成	19:15~20:00 ピラティス フットキャンブ (45分) 岩成				19:15~20:15 小顔リフトピラティス (80分) 岩成
21:00~22:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 福留	21:00~22:00 スタンダード80 (80分) 黒江	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 岩成	21:00~22:00 スタンダード80 (80分) 黒江				21:00~22:00 ダイエツトヨガ (80分) 下西

都城店【12月25日～12月31日スケジュール】

12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30~11:30 ダイエットヨガ (80分) 下西		10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 黒江	10:30~11:30 アロマリラクソヨガ HERBAL RELAX (80分) 福留	10:30~11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 下西	年末年始休業	年末年始休業
12:15~13:15 小顔リフトピラティス (80分) 岩成		12:15~13:15 スタンダード80 (80分) 黒江	12:00~13:30 アドハンス80 (会員様限定) (90分) 下西	12:15~13:00 ピラティス フットキャンブ (45分) 岩成		
		14:00~15:00 エアロビヨガ (80分) 福留	14:00~15:00 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 福留	14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 黒江		
			15:45~16:45 小顔リフトピラティス (80分) 岩成	15:30~17:30 108回太極礼拝 (120分) 岩成		
			17:30~18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成			
17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 黒江	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 黒江	17:30~18:30 肩コリラクソヨガ (80分) 下西				
19:15~20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 福留	19:15~20:15 オトナののための オールインワンヨガ (80分) 下西	19:15~20:15 ホットピラティス (80分) 下西				
21:00~22:00 アロマリラクソヨガ DEEP FOREST (80分) 福留	21:00~22:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 下西	21:00~22:00 子宮温活ヨガ (80分) 福留				

【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)