

水島店【11月1日～11月8日スケジュール】

2024年10月29日更新

11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 岡本	全店研修	全店研修	定休日	10:30～11:15 ピラティス フットキャンブ (45分) 川瀬	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 鳥羽		10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 板谷
12:15～13:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 板谷				12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 岡本	12:15～13:15 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 岸本	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 板谷	
14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 板谷				14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 川瀬	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本	14:00～15:30 アドバンス80 (会員様限定)(90分) 川瀬	
17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 岸本				17:30～18:30 スリムアッププレス (80分) 鳥羽	17:30～18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 鳥羽	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 岡本	
19:15～20:15 全身とこのう 寝たまろヨガ (80分) 川瀬				19:15～20:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 川瀬	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 岡本	19:15～20:15 美ボディロー ピラティス (80分) 鳥羽	19:15～20:15 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 岸本
21:00～22:00 エアロビヨガ (80分) 川瀬				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 鳥羽	21:00～21:45 ピラティス フットキャンブ (45分) 川瀬	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 岸本	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本

水島店【11月9日～11月16日スケジュール】

11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 岡本	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本	全店研修	10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 板谷	10:30～11:30 スリムアッププレス (80分) 鳥羽		10:30～11:30 全身とこのう 寝たまろヨガ (80分) 川瀬	10:30～11:30 美ボディロー ピラティス (80分) 鳥羽	
12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 山本	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 岡本		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 板谷	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 岸本	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 鳥羽	12:15～13:15 エアロビヨガ (80分) 川瀬	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 岡本	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本
14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 山本	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 岸本		14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 岡本	14:00～15:00 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 岸本	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 関下	14:00～15:00 スリムアッププレス (80分) 鳥羽	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本
15:45～16:30 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 赤崎	15:45～16:45 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 岸本		15:45～16:45 子宮温活ヨガ (80分) 岸本	15:45～16:45 美ボディロー ピラティス (80分) 鳥羽	15:45～16:45 スリムアッププレス (80分) 鳥羽	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本	15:45～16:45 スリムアッププレス (80分) 鳥羽	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本
17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 赤崎			17:30～18:30 スリムアッププレス (80分) 鳥羽	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 川瀬	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 鳥羽	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 岡本	17:30～18:30 ピラティス フットキャンブ (45分) 川瀬	17:30～18:30 ピラティス フットキャンブ (45分) 川瀬
			17:30～18:30 美ボディロー ピラティス (80分) 鳥羽	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 岡本	17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 川瀬	17:30～18:30 肩こりラックスヨガ (80分) 鳥羽	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本
			19:15～20:15 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 岸本	19:15～20:15 エアロビヨガ (80分) 川瀬	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 岡本	19:15～20:15 スリムアッププレス (80分) 鳥羽	19:15～20:15 スリムアッププレス (80分) 鳥羽	19:15～20:15 スリムアッププレス (80分) 鳥羽
			21:00～22:00 スリムアッププレス (80分) 鳥羽	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 川瀬	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 鳥羽	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 岡本	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本

- ◆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。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



水島店【11月17日～11月24日スケジュール】

2024年10月29日更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (90分) 岸本	定休日	10:30～11:30 ココロカラダ リセットヨガ (90分) 岸本	10:30～11:30 スタンダード80 (90分) 岡本		10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(90分) 川瀬	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT (45分) 鳥羽	10:30～11:30 スタンダード80 (90分) 岡本
12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (90分) 赤崎		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (90分) 川瀬	12:15～13:00 ピラティス フーキキャンプ (45分) 川瀬		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (90分) 坂谷	12:15～13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (90分) 鳥羽	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (90分) 岸本
14:00～15:00 スタンダード80 (90分) 岸本		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (90分) 岸本	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (90分) 岸本		14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分) 坂谷	14:00～15:00 スタンダード80 (90分) 岡本	14:00～15:00 ココロカラダ リセットヨガ (90分) 岸本
15:45～16:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 赤崎						15:45～16:45 ココロカラダ リセットヨガ (90分) 岸本	15:45～16:30 鉄ボディアロー ピラティス (90分) 鳥羽
						17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (90分) 岸本	
			17:30～18:30 エアロビヨガ (90分) 川瀬		17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (90分) 鳥羽	17:30～18:30 スタンダード80 (90分) 岡本	
			19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (90分) 川瀬	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (90分) 鳥羽	19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 鳥羽	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (90分) 山本	
			21:00～22:00 スタンダード80 (90分) 岡本	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(90分) 鳥羽	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (90分) 川瀬	21:00～22:00 背中美人ヨガ (90分) 山本	

水島店【11月25日～11月30日スケジュール】

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
月	火	水	木	金	土
定休日	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (90分) 坂谷	10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(90分) 川瀬		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (90分) 岸本	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (90分) 川瀬
	12:15～13:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(90分) 坂谷	12:15～13:15 スタンダード80 (90分) 岡本		12:15～13:15 子宮温活ヨガ (90分) 岸本	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(90分) 鳥羽
	14:00～15:00 鉄ボディアロー ピラティス (90分) 鳥羽			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (90分) 鳥羽	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ (90分) 鳥羽
					15:45～16:45 エアロビヨガ (90分) 川瀬
					17:30～18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(90分) 川瀬
	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT (45分) 佐藤	17:30～18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (90分) 鳥羽	17:30～18:30 スタンダード80 (90分) 岡本	17:30～18:30 背中美人ヨガ (90分) 川瀬	
	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (90分) 鳥羽	19:15～20:15 鉄ボディアロー ピラティス (90分) 鳥羽	19:15～20:15 ココロカラダ リセットヨガ (90分) 岸本	19:15～20:15 スタンダード80 (90分) 岡本	
	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 (90分) 佐藤	21:00～22:00 スタンダード80 (90分) 岡本	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (90分) 岸本	21:00～22:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(90分) 川瀬	

【お問い合わせセンター】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)