

倉敷駅前店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年11月16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 背中美人ヨガ (80分) 藤澤	定休日	10:30-11:30 子音温活ヨガ (80分) 藤澤	10:30-11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 山本		10:30-11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 古市	10:30-11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 山本	10:30-11:30 エアロビヨガ (80分) 川瀬	
12:15-13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 赤崎		12:15-13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 山本	12:15-13:15 肩こりリラックスヨガ (80分) 鳥羽	12:15-13:15 肩こりリラックスヨガ (80分) 山本	12:15-13:15 オトナののための オールインワンヨガ (80分) 佐藤	12:15-13:15 背中美人ヨガ (80分) 藤澤	12:15-13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 佐藤	
14:00-15:00 子音温活ヨガ (80分) 藤澤		14:00-15:00 背中美人ヨガ (80分) 藤澤	14:00-15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 山本	14:00-15:00 はじめてのパワーヨガ (80分) 山本	14:00-15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 古市	14:00-15:00 ホットピラティス (80分) 山本	14:00-15:10 ディープブレスヨガ (70分) 佐藤	
15:45-16:45 エアロビヨガ (80分) 赤崎						15:45-16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 山本	15:45-16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 川瀬	
			17:30-18:30 スタンダード80 (80分) 大磯		17:30-18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 佐藤	17:30-18:30 肩こりリラックスヨガ (80分) 藤澤	17:30-18:30 子音温活ヨガ (80分) 藤澤	
			19:15-20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 山本	19:15-20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 藤澤	19:15-20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 山本	19:15-20:15 スタンダード80 (80分) 藤澤		
			21:00-22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 大磯	21:00-22:00 胸ボティフロー ピラティス (80分) 鳥羽	21:00-22:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 山本	21:00-22:00 スリムアップブレス (80分) 佐藤		

倉敷駅前店【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 リンパデトックスヨガ (80分) 藤澤	10:30-11:15 ピラティス フードキャンプ (45分) 山本		10:30-11:30 オトナののための オールインワンヨガ (80分) 佐藤	10:20-10:30 ダイエットと食事 プチ講座(10分) 佐藤	10:30-11:30 劇トレビューティー ヨガ(80分) 佐藤	定休日
	12:15-13:15 スリムアップブレス (80分) 佐藤	12:15-13:15 子音温活ヨガ (80分) 藤澤		12:15-13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 山本	10:30-11:30 フェスタ特別レッスン① 佐藤	12:15-13:00 ピラティス フードキャンプ (45分) 山本	
	14:00-15:00 肩こりリラックスヨガ (80分) 藤澤			14:00-15:00 スリムアップブレス (80分) 佐藤	12:05-12:15 女性ののための栄養学 プチ講座(10分) 佐藤	14:00-15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 佐藤	
					12:15-13:15 小顔リフトピラティス (80分) 藤澤	15:45-16:45 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 山本	
					13:50-14:00 健康な体づくりの基本 プチ講座(10分) 山本		
					14:00-15:00 フェスタ特別レッスン② 山本		
	17:30-18:30 ホットピラティス (80分) 山本	17:30-18:30 スリムアップブレス (80分) 佐藤	17:30-18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 藤澤	17:30-18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 山本	17:30-18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 山本	15:35-15:45 タンパク質と美容の関係 プチ講座(10分) 山本	
	19:15-20:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 山本	19:15-20:15 スタンダード80 (80分) 藤澤	19:15-20:15 オトナののための オールインワンヨガ (80分) 佐藤	19:15-20:15 子音温活ヨガ (80分) 藤澤	19:15-20:15 子音温活ヨガ (80分) 藤澤	15:45-16:55 ステップアップアサナWS 新室	
	21:00-22:10 ディープブレスヨガ (70分) 佐藤	21:00-22:00 劇トレビューティー ヨガ(80分) 佐藤	21:00-22:00 背中美人ヨガ (80分) 藤澤	21:00-22:00 スタンダード80 (80分) 藤澤	21:00-22:00 スタンダード80 (80分) 藤澤		

- ◆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た場合は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



倉敷駅前店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年11月16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 背中美人ヨガ (80分) 藤澤	10:30-11:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 山本		10:30-11:40 ディープブレスヨガ (70分) 佐藤	10:30-11:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 新塚	10:30-11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 山本	定休日	10:30-11:30 スタンダード80 (80分) 新塚
12:15-13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 佐藤	12:15-13:15 スタンダード80 (80分) 新塚		12:15-13:15 背中美人ヨガ (80分) 藤澤	12:15-13:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 佐藤	12:15-13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 佐藤		12:15-13:15 子宮温活ヨガ (80分) 藤澤
14:00-15:00 子宮温活ヨガ (80分) 藤澤	14:00-15:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 山本		14:00-15:00 腫トレビューティー ヨガ(80分) 佐藤	14:00-15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 山本	14:00-15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 山本		14:00-15:00 背中美人ヨガ (80分) 藤澤
				15:45-16:45 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 新塚	15:45-16:45 スリムアッププレス (80分) 佐藤		
17:30-18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 新塚		17:30-18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 山本	17:30-18:30 スタンダード80 (80分) 新塚	17:30-18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 佐藤			17:30-18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 山本
19:15-20:15 スタンダード80 (80分) 新塚	19:15-20:15 肩こりリラックスヨガ (80分) 藤澤	19:15-20:15 背中美人ヨガ (80分) 藤澤	19:15-20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 藤澤				19:15-20:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 新塚
21:00-21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 佐藤	21:00-22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 新塚	21:00-22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 山本	21:00-22:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 新塚				21:00-22:00 ホットピラティス (80分) 山本

倉敷駅前店【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 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 新塚		10:30-11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 佐藤	10:30-11:30 美ボディフロー ピラティス (80分) 山本	10:30-11:30 子宮温活ヨガ (80分) 藤澤	年末年始休業	年末年始休業
12:15-13:15 エアロビヨガ (80分) 山本		12:15-13:15 肩こりリラックスヨガ (80分) 藤澤	12:15-13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 佐藤	12:15-13:15 スタンダード80 (80分) 新塚		
		14:00-15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 佐藤	14:00-15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 多田	14:00-15:00 背中美人ヨガ (80分) 藤澤		
			15:45-16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 佐藤	15:45-17:45 108回太極礼拝 (120分) 佐藤		
17:30-18:30 スリムアッププレス (80分) 佐藤	17:30-18:40 ディープブレスヨガ (70分) 佐藤	17:30-18:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 新塚	17:30-18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 山本			
19:15-20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 藤澤	19:15-20:15 背中美人ヨガ (80分) 藤澤	19:15-20:15 スタンダード80 (80分) 藤澤				
21:00-22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 佐藤	21:00-22:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 佐藤	21:00-22:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 新塚				

【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)