岡山店【1月1日～1月8日スケジュール】

2024年12月15日更新

01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
水	木	金	土	日	月	火	水
年末年始休業	年末年始休業		10:30～11:30 みるみる変わる姿勢ピラティス（60分） 赤崎	10:30～11:30 オトナのためのオールインワンヨガ（60分） 佐藤	定休日	10:30～11:30 子宮温活ヨガ（60分） 赤崎	10:30～11:30 ダイエットヨガ（60分） 大磯
			12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST（60分） 佐藤	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ（60分） 大磯		12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2（60分） 佐藤	12:15～13:15 小顔リフトピラティス（60分） 赤崎
		14:00～15:00 エアロビヨガ（60分） 赤崎	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ（60分） 岸本	14:00～15:00 腸トレビューティーヨガ（60分） 佐藤		14:00～15:00 ホットピラティス（60分） 赤崎	
		15:45～16:45 子宮温活ヨガ（60分） 赤崎	15:45～16:45 美姿勢アンチエイジングヨガ（60分） 佐藤	15:45～16:45 スタンダード60（60分） 大磯			
		17:30～18:30 スタンダード60（60分） 大磯	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ（60分） 岸本				
						17:30～18:30 リンパデトックスヨガ（60分） 大磯	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ（60分） 赤崎
						19:15～20:00 BEAT CORE HIIT（45分） 佐藤	19:15～20:15 オトナのためのオールインワンヨガ（60分） 佐藤
						21:00～22:00 スタンダード60（60分） 大磯	21:00～22:00 腸トレビューティーヨガ（60分） 佐藤

岡山店【1月9日～1月16日スケジュール】

01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ（60分） 大磯	10:30～11:30 スタンダード60（60分） 岡本	10:30～11:30 美姿勢アンチエイジングヨガ（60分） 佐藤	定休日	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2（60分） 佐藤	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ（60分） 大磯	
	12:15～13:15 スリムアッププレス（60分） 佐藤	12:15～13:15 腸トレビューティーヨガ（60分） 佐藤	12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0（45分） 赤崎		12:15～13:15 子宮温活ヨガ（60分） 赤崎	12:15～13:15 スタンダード60（60分） 大磯	
	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST（60分） 佐藤	14:00～15:00 ダイエットヨガ（60分） 大磯	14:00～15:00 オトナのためのオールインワンヨガ（60分） 佐藤		14:00～15:10 ディーププレスヨガ（70分） 佐藤	14:00～15:00 腸トレビューティーヨガ（60分） 佐藤	
		15:45～16:30 BEAT CORE HIIT（45分） 佐藤	15:45～16:45 小顔リフトピラティス（60分） 赤崎				
		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ（60分） 岡本					
17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2（60分） 佐藤	17:30～18:30 スタンダード60（60分） 大磯				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ（60分） 大磯		17:30～18:30 エアロビヨガ（60分） 赤崎
19:15～20:15 スタンダード60（60分） 大磯	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ（60分） 岸本				19:15～20:15 ホットピラティス（60分） 赤崎	19:15～20:15 小顔リフトピラティス（60分） 赤崎	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ（60分） 大磯
21:00～22:00 お腹引き締めヨガ（60分） 大磯	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ（60分） 岸本				21:00～22:00 スタンダード60（60分） 大磯	21:00～22:00 スリムアッププレス（60分） 佐藤	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET（60分） 赤崎

◆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

岡山店【1月17日～1月24日スケジュール】

2024年12月15日更新

01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス（60分） 赤崎	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT （45分） 佐藤	10:30～11:30 小顔リフトピラティス （60分） 赤崎	定休日	10:30～11:30 子宮温活ヨガ （60分） 赤崎	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ （60分） 大磯		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ （60分） 大磯
12:15～13:15 リンパデトックスヨガ （60分） 大磯	12:15～13:15 子宮温活ヨガ （60分） 赤崎	12:15～13:15 スリムアッププレス （60分） 佐藤		12:15～13:15 スリムアッププレス （60分） 佐藤	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス（60分） 赤崎		12:15～13:15 オトナのための ｵｰﾙｲﾝﾜﾝﾖｶﾞ（60分） 佐藤
14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ （60分） 赤崎	14:00～15:00 スタンダード60 （60分） 大磯	14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 （45分） 赤崎		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST（60分） 佐藤			14:00～15:00 ダイエットヨガ （60分） 大磯
	15:45～16:45 ホットピラティス （60分） 赤崎	15:45～16:55 ディーププレスヨガ （70分） 佐藤					
	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ （60分） 大磯						
17:30～18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ（60分） 佐藤				17:30～18:30 スタンダード60 （60分） 大磯	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT （45分） 佐藤	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 （60分） 佐藤	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ （60分） 岸本
19:15～20:15 お腹引き締めヨガ （60分） 大磯				19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ （会員様限定）（60分） 赤崎	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ （60分） 大磯	19:15～20:15 スタンダード60 （60分） 大磯	19:15～20:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ（60分） 佐藤
21:00～22:00 オトナのための ｵｰﾙｲﾝﾜﾝﾖｶﾞ（60分） 佐藤				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ （60分） 大磯	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX（60分） 佐藤	21:00～22:00 ダイエットヨガ （60分） 大磯	21:00～22:00 ココロカラダ リセットヨガ（60分） 岸本

岡山店【1月25日～1月31日スケジュール】

01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31
土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ （会員様限定）（60分） 赤崎	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ （60分） 大磯	定休日	10:30～11:30 スタンダード60 （60分） 大磯	10:30～11:30 子宮温活ヨガ （60分） 赤崎		10:30～11:30 ダイエットヨガ （60分） 大磯
12:15～13:15 リンパデトックスヨガ （60分） 大磯	12:15～13:15 スタンダード60 （60分） 大磯		12:15～13:15 スリムアッププレス （60分） 佐藤	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ （60分） 大磯		12:15～13:15 小顔リフトピラティス （60分） 赤崎
14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET（60分） 赤崎	14:00～15:00 小顔リフトピラティス （60分） 赤崎		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ （60分） 大磯	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET（60分） 赤崎		14:00～15:00 スタンダード60 （60分） 大磯
15:45～16:45 スタンダード60 （60分） 大磯	15:45～16:45 エアロビヨガ （60分） 赤崎					
17:30～18:30 腸トレビューティー ヨガ（60分） 佐藤						
			17:30～18:30 子宮温活ヨガ （60分） 赤崎		17:20～18:30 ディーププレスヨガ （70分） 佐藤	17:30～18:30 ホットピラティス （60分） 赤崎
			19:15～20:15 オトナのための ｵｰﾙｲﾝﾜﾝﾖｶﾞ（60分） 佐藤	19:15～20:15 ダイエットヨガ （60分） 大磯	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス（60分） 赤崎	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT （45分） 佐藤
			21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 （45分） 赤崎	21:00～22:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ（60分） 佐藤	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ （会員様限定）（60分） 赤崎	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 （60分） 佐藤

【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）