



水島店【1月17日～1月24日スケジュール】

2024年1月9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 スタンダード60 (80分) 岸本	10:30～11:15 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 岸本	10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 川瀬	定休日	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 岡本	10:30～11:30 ダイエットヨガ (80分) 吉岡		10:30～11:30 美ボディロー ピラティス(80分) 吉岡
12:15～13:15 ダイエットヨガ (80分) 吉岡	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 岡本	12:15～13:15 もも尻ヨガティス (80分) 吉岡		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 吉岡	12:15～13:15 ココロカラダ リセットヨガ(80分) 岸本		12:15～13:15 全身とどう 寝たまんまヨガ(80分) 川瀬
14:00～15:00 腫れビューティー ヨガ(80分) 吉岡	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 川瀬	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 吉岡		14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 吉岡			14:00～14:45 ピラティス ブートキャンプ(45分) 川瀬
	15:45～16:45 スタンダード60 (80分) 岡本	15:45～17:15 アドバンス90 (会員様限定)(80分) 川瀬					
	17:30～18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 川瀬						
17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本				17:30～18:30 ココロカラダ リセットヨガ(80分) 岸本	17:30～18:30 エアロピヨガ (80分) 川瀬	17:30～18:30 スタンダード60 (80分) 岡本	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 岡本
19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 岡本				19:15～20:00 ピラティス ブートキャンプ(45分) 川瀬	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 岡本	19:15～20:15 背中美人ヨガ (80分) 藤澤	19:15～20:15 スタンダード60 (80分) 岡本
21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (80分) 川瀬				21:00～22:00 全身とどう 寝たまんまヨガ(80分) 川瀬	21:00～22:00 スタンダード60 (80分) 岡本	21:00～22:00 小顔リフトピラティス (80分) 藤澤	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 吉岡

水島店【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 スタンダード60 (80分) 岡本	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 吉岡	定休日	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分) 藤澤	10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ(45分) 川瀬		10:30～11:30 スタンダード60 (80分) 岡本	
12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 吉岡		12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 川瀬	12:15～13:15 ココロカラダ リセットヨガ(80分) 岸本	12:15～13:15 ココロカラダ リセットヨガ(80分) 岸本		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 岡本
14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 岸本	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 川瀬		14:00～15:00 全身とどう 寝たまんまヨガ(80分) 川瀬	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 川瀬			14:00～14:45 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 岸本
15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 吉岡	15:45～16:45 ココロカラダ リセットヨガ(80分) 岸本						
17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 吉岡							
				17:30～18:15 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 岸本		17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 吉岡	17:30～18:30 もも尻ヨガティス (80分) 吉岡
				19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分) 岸本	19:15～20:15 ダイエットヨガ (80分) 吉岡	19:15～20:15 スタンダード60 (80分) 岡本	19:15～20:15 ココロカラダ リセットヨガ(80分) 岸本
				21:00～22:00 スタンダード60 (80分) 岡本	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 吉岡	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 岸本	21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (80分) 川瀬

【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)