

。和歌山店【11月1日～11月8日スケジュール】

2024年10月16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 スリムアッププレス (80分)	全店 研 修	全店 研 修	全店 研 修	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) (90分)	10:30～12:00 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみとリヨガ (80分)		
梅原				古田	黒川	岡畑	西川		
12:00～13:00 スタンダード80 (80分)				青中美人ヨガ (80分)	青盤矯正ヨガ (80分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	スタンダード80 (80分)		
岡畑				古田	黒川	黒川	岡畑		
13:30～14:30 腸活ヨガ ver.2 (80分)				13:30～14:30 ボールでゆるめて ゆがみとリヨガ (80分)	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	13:30～14:30 腸活ヨガ ver.2 (80分)	13:30～14:30 パワーズAdvance (会員様限定) (80分)		
梅原				西川	岡畑	黒川	西川		
15:00～16:00 ホットピラティス (80分)				15:00～16:00 はじめてのパワーズヨガ (会員様限定) (80分)		15:00～16:00 スタンダード80 (80分)	15:00～16:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分)		
上村				西川		岡畑	古田		
18:00～19:00 はじめてのパワーズヨガ (会員様限定) (80分)						18:00～19:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	18:00～19:00 ホットピラティス (80分)	18:00～19:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ (80分)
梅原						西川	上村	西川	上村
19:30～20:30 肩コリラックスヨガ (80分)			19:30～20:15 ピラティス プードルキック (45分)	19:30～20:30 子宮温活ヨガ (80分)	19:30～20:30 はじめてのパワーズヨガ (会員様限定) (80分)	19:30～20:30 青中美人ヨガ (80分)			
上村			黒川	上村	上村	古田			
21:00～21:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)			21:00～22:00 青盤矯正ヨガ (80分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)	21:00～22:00 もも尻ヨガティス (80分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分)			
上村			黒川	岡畑	上村	上村			

和歌山店【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 ダイエットヨガ (80分)	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 (80分)	全店 研 修	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30～11:30 パワーズAdvance (会員様限定) (80分)	10:30～11:30 青中美人ヨガ (80分)	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	
上村	西川		梅原	古田	黒川	古田	西川	
12:00～13:00 子宮温活ヨガ (80分)	12:15～13:15 はじめてのパワーズヨガ (会員様限定) (80分)		12:00～13:00 EXパワーズヨガ (会員様限定) (80分)	12:00～13:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分)	12:00～13:00 腸活ヨガ ver.2 (80分)	12:00～13:00 スタンダード80 (80分)	12:15～13:15 スリムアッププレス (80分)	
上村	上村		梅原	古田	黒川	古田	西川	
13:30～15:00 EXパワーズヨガ (会員様限定) (90分)	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	13:30～14:30 肩コリラックスヨガ (80分)	13:30～14:30 青中美人ヨガ (80分)	13:30～14:30 青盤矯正ヨガ (80分)	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	
梅原	岡畑		西川	上村	古田	黒川	岡畑	
15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	15:45～16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分)				15:00～16:00 リンパデトックスヨガ (80分)	15:00～16:00 もも尻ヨガティス (80分)	15:45～16:45 青中美人ヨガ (80分)	
西川	黒川				古田	黒川	古田	
17:30～18:30 スリムアッププレス (80分)			全店 研 修					17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分)
西川								古田
19:00～20:00							19:00～20:00 スタンダード80 (80分)	
							岡畑	
				18:00～19:00 ボールでゆるめて ゆがみとリヨガ (80分)	17:30～18:30 スタンダード80 (80分)	18:00～19:00 子宮温活ヨガ (80分)	18:00～18:45 ホットピラティス (80分)	
				西川	岡畑	上村	上村	
				19:30～20:30 ホットピラティス (80分)	19:00～20:00 青盤矯正ヨガ (80分)	19:30～20:30 ダイエットヨガ (80分)	19:30～20:30 はじめてのパワーズヨガ (会員様限定) (80分)	
				黒川	黒川	上村	西川	
				21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) (90分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)	21:00～22:00 ボールでゆるめて ゆがみとリヨガ (80分)	
				黒川	黒川	岡畑	西川	

- ◆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



和歌山店【11月17日～11月24日スケジュール】

2022年●月●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 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	10:30～11:30 ホットピラティス (60分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	10:30～11:30 背中美人ヨガ (60分)	10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	
上村		岡畑	黒川	古田	西川	古田	岡畑	
12:15～13:15		12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00	12:15～13:15	12:15～13:00
子宮温活ヨガ (60分)		腸活ヨガ ver.2 (60分)	スタンダード80 (60分)	背中美人ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	黒川
上村		黒川	岡畑	古田	西川	古田	黒川	
14:00～15:00		13:30～14:30	13:30～14:30	13:30～14:30	13:30～14:30	13:30～14:30	14:00～15:00	14:00～15:00
もも尻ヨガティス (60分)		パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	スリムアッププレス (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	ホットピラティス (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	黒川
黒川		黒川	西川	上村	古田	上村	黒川	
15:45～16:45		15:00～16:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分)		15:00～16:00 スタンダード80 (60分)	15:00～16:00 リンパデトックスヨガ (60分)	15:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	スタンダード80 (60分)	岡畑
黒川		西川		岡畑	古田	西川	岡畑	
							17:30～18:30 もも尻ヨガティス (60分)	
							黒川	
							19:00～20:00 腸活ヨガ ver.2 (60分)	
							西川	
	18:00～19:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ (60分)	18:00～19:00 スタンダード80 (60分)	18:00～19:00 ダイエットヨガ (60分)	18:00～19:00 ダイエットヨガ (60分)			
	西川	上村	岡畑	上村				
	19:30～20:30 スタンダード80 (60分)	19:30～20:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	19:30～20:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	19:30～20:30 骨盤矯正ヨガ (60分)				
	古田	古田	西川	黒川				
	21:00～22:00 背中美人ヨガ (60分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	21:00～21:45 ピラティス ブートキャンプ (45分)				
	古田	古田	西川	黒川				

和歌山店【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 腸活ヨガ ver.2 (60分)	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (60分)	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分)
	黒川	西川	上村	古田	黒川
	12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00	12:15～13:15
	スタンダード80 (60分)	もも尻ヨガティス (60分)	ダイエットヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード80 (60分)
	岡畑	黒川	上村	古田	岡畑
	13:30～14:15	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ (60分)	13:30～14:30 スタンダード80 (60分)	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)
	上村	西川	古田	岡畑	黒川
		15:00～16:00 背中美人ヨガ (60分)	15:00～16:00 スタンダード80 (60分)		15:45～16:45 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)
		古田	古田		西川
					17:30～18:30 スリムアッププレス (60分)
					西川
					19:00～20:00 肩コリラックスヨガ (60分)
					上村
		17:30～18:30 背中美人ヨガ (60分)	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ (60分)	18:00～18:45 ピラティス ブートキャンプ (45分)	17:30～18:30 スタンダード80 (60分)
古田	上村	黒川	岡畑		
19:00～20:30 EXパワーヨガ (会員様限定)(60分)	19:30～20:30 ホットピラティス (60分)	19:30～20:30 スタンダード80 (60分)	19:00～20:00 腸活ヨガ ver.2 (60分)		
梅原	上村	岡畑	黒川		
21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)	21:00～22:00 スタンダード80 (60分)	21:00～22:00 スリムアッププレス (60分)	20:30～22:00 アドバンス80 (会員様限定)(60分)		
古田	岡畑	黒川	黒川		

【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)