

高松店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年11月28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
10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 茂手木	定休日	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (60分) 松田	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) (60分) 松田		10:30～11:30 腫トレビューティー ヨガ (60分) 茂手木	10:30～11:30 エアロピヨガ (60分) 松田	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (60分) 茂手木
12:15～13:15 スタンダード80 (60分) 松田		12:15～13:15 スリムアッププレス (60分) 吉谷	12:30～13:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 吉谷		12:15～13:00 BEAT CORE HIT (45分) 茂手木	12:15～13:15 青盤矯正ヨガ (60分) 梅原	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 茂手木
14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 茂手木		14:00～15:00 スタンダード80 (60分) 吉谷			14:00～15:00 腫活ヨガ ver.2 (60分) 松田	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 松田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 梅原
15:45～16:45 スタンダード80 (60分) 松田						15:45～16:45 スタンダード80 (60分) 梅原	15:45～16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 梅原
						17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 梅原	
			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 梅原	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 茂手木	17:30～18:30 スタンダード80 (60分) 梅原	17:30～18:30 ホットピラティス (60分) 松田	
			19:05～20:05 エアロピヨガ (60分) 松田	19:05～20:05 青盤矯正ヨガ (60分) 梅原	19:05～20:05 もも尻ヨガティス (60分) 松田	19:05～20:05 スタンダード80 (60分) 梅原	
			20:40～21:40 リンパデトックスヨガ (60分) 梅原	20:40～21:40 青中美人ヨガ (60分) 茂手木	20:40～21:40 金身ととのう 裏たまんまヨガ (60分) 松田	20:40～21:25 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 梅原	

高松店【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 ホットピラティス (60分) 吉谷	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 茂手木		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 吉谷	10:30～11:30 青盤矯正ヨガ (60分) 梅原	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 梅原	定休日
	12:15～13:15 金身ととのう 裏たまんまヨガ (60分) 松田	12:15～13:15 スタンダード80 (60分) 茂手木		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 梅原	12:15～13:00 ピラティス ブートキャンプ (45分) 茂手木	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 梅原	
	14:00～15:00 スリムアッププレス (60分) 吉谷	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分) 松田		14:00～15:00 ホットピラティス (60分) 吉谷	14:00～15:00 スタンダード80 (60分) 梅原	14:00～15:00 腫トレビューティー ヨガ (60分) 茂手木	
					15:45～16:45 青中美人ヨガ (60分) 茂手木	15:45～16:45 スタンダード80 (60分) 茂手木	
					17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 梅原		
	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 松田		17:30～18:30 青中美人ヨガ (60分) 茂手木	17:30～18:30 子宮温活ヨガ (60分) 松田			
	19:05～20:05 腫トレビューティー ヨガ (60分) 茂手木	19:05～19:50 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 梅原	19:05～20:05 リンパデトックスヨガ (60分) 梅原	19:05～20:05 エアロピヨガ (60分) 松田			
	20:40～21:25 ピラティス ブートキャンプ (45分) 茂手木	20:40～21:40 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 梅原	20:40～21:40 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 茂手木	20:40～21:40 スタンダード80 (60分) 梅原			

- ◆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の開始の1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。
  - ◆レッスンの開始時刻1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



高松店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年11月28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 スタンダード80 (80分) 梅原	10:30～11:30 スリムアッププレス (80分) 吉谷		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (80分) 松田	10:20～10:30 ダイエットと食事 プチ講座(10分) 梅原	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 梅原	定休日	10:30～11:30 ホットピラティス (80分) 吉谷
12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 梅原	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 松田		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 茂手木	10:30～11:30 フェスタ特別レッスン① 藤田	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 茂手木		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 吉谷
14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (80分) 松田			14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 松田	12:05～12:15 女性のための栄養学 プチ講座(10分) 梅原	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 茂手木		14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分) 茂手木
				12:15～13:15 小顔リフトピラティス (80分) 茂手木	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ (80分) 梅原		
				13:50～14:00 健康な体づくりの基本 プチ講座(10分) 松田			
				14:00～15:00 フェスタ特別レッスン② 松田			
17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 茂手木	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 北山	17:30～18:30 腫トレビューティー ヨガ(80分) 茂手木	17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 梅原	15:35～15:45 タンパク質と美肌の関係 プチ講座(10分) 梅原			17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 茂手木
19:05～20:05 セルトル美脚ヨガ (80分) 茂手木	19:05～20:05 リンパデトックスヨガ (80分) 北山	19:05～19:50 ピラティス フットキック (45分) 茂手木	19:05～20:05 スタンダード80 (80分) 梅原	15:45～17:15 ステップアップアサナWS 梅原			19:05～20:05 子宮温活ヨガ (80分) 松田
20:40～21:40 骨盤矯正ヨガ (80分) 出口	20:40～21:25 BEAT CORE HIT (45分) 茂手木	20:40～21:40 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 梅原	20:40～21:40 もも尻ヨガ (80分) 中筋				20:40～21:40 エアロピヨガ (80分) 松田

高松店【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 リンパデトックスヨガ (80分) 吉谷		10:30～11:15 ピラティス フットキック (45分) 茂手木	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 梅原	10:30～11:15 BEAT CORE HIT (45分) 松田	年末年始休業	年末年始休業
12:15～13:15 スリムアッププレス (80分) 吉谷		12:15～13:15 小顔リフトピラティス (80分) 茂手木	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 茂手木	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 未定		
14:00～15:30 アドバンス90 (会員様限定) (90分) 松田		14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 未定	14:00～15:00 腫トレビューティー ヨガ(80分) 茂手木	14:00～15:00 もも尻ヨガ (80分) 松田		
			15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (80分) 松田	15:45～17:45 108回太陽礼拝 (120分) 梅原		
			17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 松田			
	17:30～18:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 梅原	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 梅原				
19:05～20:05 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 茂手木	19:05～20:05 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 梅原	19:05～20:05 セルトル美脚ヨガ (80分) 松田				
20:40～21:40 スタンダード80 (80分) 梅原	20:40～21:40 ホットピラティス (80分) 松田	20:40～21:40 腸活ヨガ ver.2 (80分) 松田				

【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)