

岡山店【1月1日～1月8日スケジュール】

2026年1月9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(80分) 赤崎	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 佐藤	定休日	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 赤崎	10:30～11:30 ダイエットヨガ (80分) 大塚
			12:15～13:15 アロマリラクゼーション DEEP FOREST(80分) 佐藤	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 大塚		12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 佐藤	12:15～13:15 小顔リフトピラティス (80分) 赤崎
		14:00～15:00 エアロビヨガ (80分) 赤崎	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 赤崎	14:00～15:00 腫トレビューティー ヨガ(80分) 佐藤		14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 赤崎	
		15:45～16:45 子宮温活ヨガ (80分) 赤崎	15:45～16:45 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 佐藤	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 大塚			
		17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 大塚	17:30～18:30 ココロカラダ リセットヨガ(80分) 吉岡				
					19:15～20:00 BEAT CORE HIT (45分) 佐藤	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 佐藤	
					21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 大塚	21:00～22:00 腫トレビューティー ヨガ(80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 (80分) 大塚	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 岡本	10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 佐藤	定休日	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 佐藤	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 大塚		
	12:15～13:15 スリムアッププレス (80分) 佐藤	12:15～13:15 腫トレビューティー ヨガ(80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 (80分) 赤崎	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 大塚		
	14:00～15:00 アロマリラクゼーション DEEP FOREST(80分) 佐藤	14:00～15:00 ダイエットヨガ (80分) 大塚	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 佐藤		14:00～15:10 ディーププレスヨガ (70分) 佐藤	14:00～15:00 腫トレビューティー ヨガ(80分) 佐藤		
		15:45～16:30 BEAT CORE HIT (45分) 佐藤	15:45～16:45 小顔リフトピラティス (80分) 赤崎					
		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 岡本						
17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 佐藤	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 大塚					17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 大塚	17:30～18:30 エアロビヨガ (80分) 赤崎	
19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 大塚	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本					19:15～20:15 ホットピラティス (80分) 赤崎	19:15～20:15 小顔リフトピラティス (80分) 赤崎	
21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (80分) 大塚	21:00～22:00 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80 (80分) 大塚	21:00～22:00 スリムアッププレス (80分) 佐藤	
								21:00～22:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET(80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



岡山店【1月17日～1月24日スケジュール】

2025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 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80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 (80分) 赤崎	定休日	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 赤崎	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 大塚		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 大塚
12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 大塚	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 赤崎	12:15～13:15 スリムアッププレス (80分) 佐藤		12:15～13:15 スリムアッププレス (80分) 佐藤	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 赤崎		12:15～13:15 オトナのための オールインヨガ(80分) 佐藤
14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 赤崎	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 大塚	14:00～14:45 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 赤崎		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 佐藤			14:00～15:00 ダイエットヨガ (80分) 大塚
	15:45～16:45 ホットピラティス (80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 (80分) 大塚						
17:30～18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 佐藤				17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 大塚	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT (45分) 佐藤	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 佐藤	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 岸本
19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 大塚				19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 赤崎	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 大塚	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 大塚	19:15～20:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 佐藤
21:00～22:00 オトナのための オールインヨガ(80分) 佐藤				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 大塚	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 佐藤	21:00～22:00 ダイエットヨガ (80分) 大塚	21:00～22:00 ココロカラダ リセットヨガ(80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)(80分) 赤崎	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 大塚	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 大塚	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 赤崎		10:30～11:30 ダイエットヨガ (80分) 大塚	
12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 大塚	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 大塚		12:15～13:15 スリムアッププレス (80分) 佐藤	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 大塚		12:15～13:15 小顔リフトピラティス (80分) 赤崎	
14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 赤崎	14:00～15:00 小顔リフトピラティス (80分) 赤崎		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 大塚	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 赤崎		14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 大塚	
15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 大塚	15:45～16:45 エアロビヨガ (80分) 赤崎						
17:30～18:30 腫れビューティー ヨガ(80分) 佐藤							
				17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80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 (80分) 赤崎
				19:15～20:15 オトナのための オールインヨガ(80分) 佐藤	19:15～20:15 ダイエットヨガ (80分) 大塚	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 赤崎	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT (45分) 佐藤
				21:00～21:45 Beet 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(80分) 佐藤	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 赤崎	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 (80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)