

町田店【1月1日～1月8日スケジュール】

2023年 1月 12日更新

	1月1日(日)	1月2日(月)	1月3日(火)	1月4日(水)	1月5日(木)	1月6日(金)	1月7日(土)	1月8日(日)		
9:00	年末年始休業	年末年始休業	休業日							
10:00										
11:00						10:30~11:30 Sound Feel Yoga 鈴木		10:30~11:30 免疫セラピーヨガ 大村	10:30~11:30 エアロビヨガ 小山	10:30~11:30 アロマリラクソヨガ HERBAL RELAX 小山
12:00						12:15~13:15 スタンダード60 小山		12:15~13:15 ホットピラティス 大村	12:15~13:15 ココロカラダリセットヨガ 大村	12:15~13:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)鈴木
13:00										
14:00							14:00~15:00 リンパデトックスヨガ 鈴木	14:00~15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小玉	14:00~15:00 スタンダード60 小山	14:00~14:50 全身引締めMAX 小山
15:00										
16:00									15:45~16:45 もも尻ヨガティス 大村	15:45~16:45 青盤矯正ヨガ 鈴木
17:00										
18:00					17:30~18:30 アロマリラクソヨガ FRUITY DIET 大村	17:30~18:40 ディーブレスヨガ 鈴木	17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ 小玉			
19:00										
20:00										
21:00					19:15~20:00 BEAT CORE HIIT 鈴木	19:15~20:15 肩コリラクソヨガ 小玉				
22:00										
				19:15~20:15 ポールでゆがみとりヨガ 小山	21:00~22:00 美ボディフロー ピラティス 大村	21:00~22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)鈴木				

町田店【1月9日～1月15日スケジュール】

	1月9日(月)	1月10日(火)	1月11日(水)	1月12日(木)	1月13日(金)	1月14日(土)	1月15日(日)
9:00							
10:00							
11:00	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ 小玉	10:30~11:30 SUMO YOGA 小玉	10:30~11:30 青盤矯正ヨガ 鈴木		10:30~11:30 スタンダード60 大村	10:30~11:30 美ボディフロー ピラティス 大村	10:30~11:40 ディーブレスヨガ 鈴木
12:00							
13:00	12:15~13:45 BXパワーヨガ (会員様限定)鈴木	12:15~13:15 アロマリラクソヨガ FRUITY DIET 小玉	12:15~13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)小玉		12:15~13:15 腸活ヨガ 大村	12:15~13:15 アロマリラクソヨガ FRUITY DIET 大村	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ 小玉
14:00							
15:00	14:30~15:30 背中美人ヨガ 小玉	14:00~15:00 肩コリラクソヨガ 鈴木			14:00~15:00 スリムアッププレス 鈴木	14:00~15:00 エアロビヨガ 小山	14:00~15:00 スタンダード60 鈴木
16:00						15:45~16:45 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)小玉	15:45~16:45 Sound Feel Yoga 小玉
17:00	16:15~17:15 アロマリラクソヨガ DEEP FOREST 鈴木						
18:00	17:45~18:30 BEAT CORE HIIT 小山	17:30~18:30 ホットピラティス 大村	17:30~18:20 全身引締めMAX 小山	17:30~18:30 ポールでゆがみとりヨガ 大村	17:30~18:30 アロマリラクソヨガ DEEP FOREST 小山	17:30~18:30 スタンダード60 小山	
19:00					19:00~20:30 アドバンス90 (会員様限定)小玉		
20:00		19:15~20:15 エアロビヨガ 小山	19:15~20:15 免疫セラピーヨガ 大村	19:15~20:15 スタンダード60 大村			
21:00		21:00~22:00 ココロカラダリセットヨガ 大村	21:00~22:00 スタンダード60 大村	21:00~22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ 小山		
22:00							

【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)

◆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♪



町田店【1月16日～1月23日スケジュール】

	1月16日(月)	1月17日(火)	1月18日(水)	1月19日(木)	1月20日(金)	1月21日(土)	1月22日(日)	1月23日(月)
9:00	定 休 日							
10:00								
11:00		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 小玉	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 小山			10:30～11:30 ダイエットヨガ 大村	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 鈴木	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)鈴木
12:00								
13:00								
14:00		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小玉	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 小玉			14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 小玉	14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 大村	14:00～15:00 エアロビヨガ 小山
15:00								
16:00							15:45～16:45 産せる身体をつくる ダイエットヨガ 小山	15:45～16:45 腸活ヨガ 大村
17:00								
18:00		17:30～18:30 エアロビヨガ 小山			17:30～18:30 もも戻ヨガティス 小玉	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 鈴木	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 大村	
19:00			18:45～19:45 スタンダード60 大村					
20:00		19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 鈴木		19:15～20:15 はじめてのハワ-カ (会員様限定)鈴木	19:15～20:05 全身引締めMAX 小山			
21:00		21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木	20:30～22:00 EXパワーヨガ (会員様限定)鈴木		21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 鈴木	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小山		
22:00								
								定 休 日

町田店【1月24日～1月31日スケジュール】

	1月24日(火)	1月25日(水)	1月26日(木)	1月27日(金)	1月28日(土)	1月29日(日)	1月30日(月)	1月31日(火)
9:00								
10:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 小山	10:30～11:30 スリムアッププレス 鈴木		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小玉	10:30～11:30 腸活ヨガ 大村	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定)小玉		10:30～11:30 もも戻ヨガティス 小玉
11:00								
12:00	12:15～13:05 全身引締めMAX 小山	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 大村		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 鈴木	12:15～13:15 ホットピラティス 大村	12:45～13:45 ココロカラダリセットヨガ 小山		12:15～13:15 ポールでゆがみとりヨガ 小玉
13:00								
14:00	14:00～15:10 ディープレスヨガ 鈴木			14:00～15:00 はじめてのハワ-カ (会員様限定)小玉	14:00～15:00 スタンダード60 小玉	14:30～15:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鈴木		14:00～15:00 エアロビヨガ 小山
15:00								
16:00					15:45～16:35 全身引締めMAX 小山	16:15～17:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 鈴木		
17:00								
18:00	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 大村	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 小玉	17:30～18:30 SUMO YOGA 鈴木	17:30～18:30 ダイエットヨガ 大村	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 小玉			17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 大村
19:00	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 小玉	19:15～20:15 背中美人ヨガ 小山	19:15～20:15 スタンダード60 大村	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 小山				19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 鈴木
20:00								
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 小玉	21:00～22:00 スタンダード60 小玉	21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 大村	21:00～22:00 エアロビヨガ 小山				21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)鈴木
22:00								
							定 休 日	

オンライン講座のご案内

- ◆もっとわたしを好きになるRYT200オンライン講座
- ◆女性の体とムーンサイクルヨガワークショップ
- ◆ボディメイクワークショップ
- ◆瞑想指導者養成講座

：ヨガをさらに深めたい方向けの、資格が取得できる講座 RYT200は1番知名度が高い国際的なヨガ資格
 :月のサイクルや女性の身体のリズムを知り、月のサイクルに合わせて、ムーンサイクルヨガが体感できるWS
 :骨格・筋肉・マインドからアプローチをかけ、ボディメイク方法が分かる！体が変わる！WS
 :脳科学・心理学の見地から、瞑想の効果、それに会おうための方法を実践を通して身につけていく講座

オンラインワークショップの詳細は

