

上里店【6月1日～6月8日スケジュール】

2024年 5月 15日更新

	6月 1日(土)	6月 2日(日)	6月 3日(月)	6月 4日(火)	6月 5日(水)	6月 6日(木)	6月 7日(金)	6月 8日(土)	
9:00			定 休 日						
10:00									
10:30~11:30	スタンダード60 吉田	10:45~11:30 BEAT CORE HIIT 筒井			10:30~11:30 免疫セラピーヨガ 島野	10:30~11:30 はじめてのハーフヨガ (会員様限定)金井		10:30~11:30 セルトル美脚ヨガ 島田	10:30~11:30 リンパドックスヨガ 佐藤
11:00									
12:00	12:15~13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 金井	12:15~13:15 リンパドックスヨガ 佐藤			12:15~13:15 Sound Feel Yoga ver.2 島野	12:15~13:15 スタンダード60 吉田		12:15~13:15 スタンダード60 島田	12:15~13:15 セルトル美脚ヨガ 島田
13:00									
14:00	14:00~15:30 アドバンス90 (会員様限定)筒井	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 筒井			14:00~15:00 スタンダード60 佐藤	14:00~15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 金井		14:00~15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 島野	14:00~15:00 スタンダード60 島田
15:00									
16:00	16:15~17:15 オトナのための オールインワンヨガ 筒井	15:45~16:45 ココロカラダリセット3が 筒井							15:45~16:45 骨盤矯正ヨガ 佐藤
17:00					17:30~18:30 ココロカラダリセット3が 金井		17:30~18:30 スタンダード60 島田	17:30~18:30 背中美人ヨガ 島野	17:30~18:30 スタンダード60 吉田
18:00	18:00~19:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 金井								
19:00					19:15~20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 金井	19:15~20:15 セルトル美脚ヨガ 島田	19:15~20:15 エアロビヨガ 筒井	19:15~20:15 ココロカラダリセット3が 島野	
20:00									
21:00					20:50~21:50 セルトル美脚ヨガ 島田	20:50~21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 金井	20:50~21:50 ホットピラティス 筒井	20:50~21:50 スタンダード60 吉田	
22:00									

上里店【6月9日～6月15日スケジュール】

	6月 9日(日)	6月 10日(月)	6月 11日(火)	6月 12日(水)	6月 13日(木)	6月 14日(金)	6月 15日(土)		
9:00	研 修	定 休 日							
10:00									
10:30~11:30				10:30~11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)筒井	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 筒井		10:30~11:30 スタンダード60 吉田	10:30~11:30 骨盤矯正ヨガ 佐藤	
11:00									
12:00				12:15~13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 瀬本	12:15~13:15 美ボディフロー ピラティス 瀬本		12:15~13:15 背中美人ヨガ 宮沢	12:15~13:15 スタンダード60 島田	
13:00									
14:00				14:00~15:00 ココロカラダリセット3が 筒井			14:00~15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宮沢	14:00~15:00 リンパドックスヨガ 佐藤	
15:00									
16:00								15:45~16:45 スタンダード60 吉田	
17:00									
17:30~18:30					17:30~18:30 美ボディフロー ピラティス 瀬本	17:30~18:30 スタンダード60 吉田	17:30~18:30 骨盤矯正ヨガ 佐藤	17:30~18:30 Sound Feel Yoga ver.2 島野	17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ 島田
18:00									
19:00					19:15~20:15 リンパドックスヨガ 佐藤	19:15~20:15 免疫セラピーヨガ 筒井	19:15~20:15 背中美人ヨガ 宮沢	19:15~20:15 スタンダード60 吉田	
20:00									
21:00			20:50~21:50 スタンダード60 島田	20:50~21:50 エアロビヨガ 筒井	20:50~21:50 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宮沢	20:50~21:50 みるみる変わる 姿勢ピラティス 島野			
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。

レッスンのWEB予約はこちらから▶

◆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。



上里店【6月16日～6月23日スケジュール】

	6月 16日(日)	6月 17日(月)	6月 18日(火)	6月 19日(水)	6月 20日(木)	6月 21日(金)	6月 22日(土)	6月 23日(日)	
9:00		定休日							
10:00									
11:00	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 鳥田			10:30～11:30 スタンダード60 吉田	10:30～11:30 エアロピヨガ 筒井		10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 筒井		
12:00									
13:00									
14:00	14:00～16:00 スタンダード60 鳥田			14:00～16:00 免疫セラピーヨガ 筒井	14:00～16:00 スタンダード60 吉田		14:00～16:00 腸活ヨガ ver.2 筒井	臨時休業	臨時休業
15:00									
16:00	16:45～16:45 リンパデトックスヨガ 佐藤								
17:00									
18:00				17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 筒井		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 佐藤			
19:00						臨時休業			
20:00			19:15～20:15 スタンダード60 鳥田	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 佐藤	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 鳥田				
21:00			20:50～21:50 ホットピラティス 筒井	20:50～21:50 オトナのための オールインワンヨガ 筒井	20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 佐藤				
22:00									

上里店【6月24日～6月30日スケジュール】

	6月 24日(月)	6月 25日(火)	6月 26日(水)	6月 27日(木)	6月 28日(金)	6月 29日(土)	6月 30日(日)			
9:00	定休日	臨時休業	臨時休業							
10:00										
11:00							10:30～11:30 ホットピラティス 筒井	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 鳥田	10:30～11:30 スタンダード60 吉田	
12:00										
13:00										
14:00								14:00～16:00 スタンダード60 吉田	14:00～16:00 Sound Feel Yoga ver.2 筒井	14:00～16:00 オトナのための オールインワンヨガ 筒井
15:00										
16:00									15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 佐藤	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 鳥田
17:00							17:00～18:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 斎藤	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 佐藤	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 筒井	
18:00										
19:00				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 斎藤	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 筒井	19:15～20:15 特別レッスン※有料 筒井				
20:00										
21:00				20:50～21:50 スタンダード60 吉田	20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 佐藤					
22:00										