

長野店【10月1日～10月8日スケジュール】

2024年 9月 15日更新

	10月 1日(火)	10月 2日(水)	10月 3日(木)	10月 4日(金)	10月 5日(土)	10月 6日(日)	10月 7日(月)	10月 8日(火)
9:00							定 休 日	
10:00						10:00～11:30 EYパワーヨガ (会員様限定) 金田		
11:00	10:30～11:30 アロマリラクソヨガ DEEP FOREST 声田	10:30～11:30 肩コリラクソヨガ 声田		10:30～11:30 ホットピラティス 声田	10:30～11:30 スタンダード60 近藤			10:30～11:30 青盤矯正ヨガ 千川
12:00	12:15～13:15 エアロピヨガ 近藤	12:15～13:15 スタンダード60 近藤		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 鈴木	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 林	12:15～13:15 肩コリラクソヨガ 声田		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 金田
13:00								
14:00	14:00～15:00 ホットピラティス 声田	14:00～15:00 背中美人ヨガ 声田		14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木	14:00～15:00 アロマリラクソヨガ HERBAL RELAX 声田	14:00～15:00 スタンダード60 近藤		14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)千川
15:00								
16:00					15:45～16:45 青盤矯正ヨガ 林	15:45～16:45 ホットピラティス 声田		
17:00								
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 鈴木		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 近藤	17:30～18:30 スタンダード60 近藤	17:30～18:30 背中美人ヨガ 声田			17:30～18:15 ピラティスブートキャンプ 声田
19:00	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 金田	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 金田	19:15～20:15 スタンダード60 鈴木	19:15～20:15 はじめてのハーヨガ (会員様限定)声田				19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 鈴木
20:00								
21:00	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 スタンダード60 鈴木	21:00～22:00 エアロピヨガ 近藤	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 近藤				21:00～22:00 背中美人ヨガ 声田
22:00								

長野店【10月9日～10月15日スケジュール】

	10月 9日(水)	10月 10日(木)	10月 11日(金)	10月 12日(土)	10月 13日(日)	10月 14日(月)	10月 15日(火)	
9:00						定 休 日		
10:00								
11:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 近藤		10:30～11:30 もも尻ヨガティス 金田	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 近藤	10:30～11:30 スタンダード60 近藤			10:30～11:30 はじめてのハーヨガ (会員様限定)声田
12:00	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 金田		12:15～13:15 ポールでゆがみとりヨガ 金田	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 金田	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木			12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 鈴木
13:00								
14:00			14:00～14:45 ピラティスブートキャンプ 声田	14:00～15:00 スタンダード60 鈴木	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 鈴木			14:00～15:00 ホットピラティス 声田
15:00								
16:00				15:45～16:45 ポールでゆがみとりヨガ 金田	15:45～16:45 エアロピヨガ 近藤			
17:00								
18:00	17:30～18:30 はじめてのハーヨガ (会員様限定)声田	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 金田	17:30～18:30 スタンダード60 鈴木	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木				17:30～18:30 スタンダード60 近藤
19:00								
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 鈴木	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 近藤	19:15～20:15 エアロピヨガ 近藤					19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 金田
21:00	21:00～22:00 アロマリラクソヨガ FRUITY DIET 声田	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 腸活ヨガ ver.2 近藤					21:00～22:00 エアロピヨガ 近藤
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 ※受付時間以外に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。が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WFER予約はこちらか

ら



