

長野店【11月1日～11月8日スケジュール】

2024年10月24日更新

11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 スタンダード60 (80分) 近藤	10:30～11:15 ピラティス フットキャンブ (45分) 芦田	10:30～11:30 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 鈴木	定休日	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 千川	10:30～11:30 もも尻ヨガティス (80分) 金田		10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 芦田
12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 芦田	12:15～13:15 ホットピラティス (80分) 金田	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 近藤		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 鈴木	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 鈴木		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 金田
14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 近藤	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 芦田	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 鈴木		14:00～15:00 パワ-ヨガAdvance (会員様限定)(80分) 千川	14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 金田		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 芦田
	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 近藤	15:45～16:45 腸活ヨガ ver.2 (80分) 近藤					
	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 近藤						
17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 金田				17:30～18:30 肩こりリラックスヨガ (80分) 金田		17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 鈴木	17:30～18:30 エアロビヨガ (80分) 近藤
19:15～20:15 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 鈴木				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 芦田	19:15～20:15 エアロビヨガ (80分) 近藤	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 近藤	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 鈴木
21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 金田				21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 金田	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 芦田	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 鈴木	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 近藤

長野店【11月9日～11月16日スケジュール】

11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 スタンダード60 (80分) 近藤	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 芦田	定休日	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 鈴木	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 鈴木		10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 鈴木	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 芦田
12:15～13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 金田	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 金田		12:15～13:15 エアロビヨガ (80分) 近藤	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 近藤		12:15～13:15 ホットピラティス (80分) 芦田	12:15～13:15 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 鈴木
14:00～14:45 ピラティス フットキャンブ (45分) 芦田	14:00～15:00 肩こりリラックスヨガ (80分) 芦田		14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 鈴木			14:00～15:00 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 鈴木	14:00～14:45 ピラティス フットキャンブ (45分) 芦田
15:45～16:45 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 鈴木	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス (80分) 金田						15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 近藤
17:30～18:30 スタンダード60 (80分) 鈴木							17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 鈴木
				17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 芦田	17:30～18:30 ホットピラティス (80分) 金田	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 近藤	17:00～18:00 スタンダード80 (80分) 近藤
				19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 金田	19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分) 芦田	19:15～20:15 もも尻ヨガティス (80分) 金田	18:45～19:45 リンパデトックスヨガ (80分) 近藤
				21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 芦田	21:00～22:00 はじめてのパワ-ヨガ (会員様限定)(80分) 芦田	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 金田	20:30～22:00 EXパワ-ヨガ (会員様限定)(90分) 金田

- ◆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



長野店【11月17日～11月24日スケジュール】

2024年10月20日更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 鈴木	定休日	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 千川	10:30～11:30 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 鈴木		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 千川	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 鈴木	10:30～11:15 ピラティス フットキャンプ (45分) 声田
12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 鈴木		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 鈴木	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス (80分) 金田		12:15～13:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 金田	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 声田	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 近藤
14:00～15:00 エアロピヨガ (80分) 近藤		14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 千川	14:00～15:00		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 金田	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 鈴木	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 近藤
15:45～16:45 腸活ヨガ ver.2 (80分) 近藤						15:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 声田	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 声田
						17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 近藤	
			17:30～18:15 ピラティス フットキャンプ (45分) 声田	17:30～18:30 ホットピラティス (80分) 声田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 金田	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 近藤	
			19:15～20:15 肩こりリラックスヨガ (80分) 金田	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 近藤	19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 金田	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 近藤	
			21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 声田	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 近藤	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 西岡	21:00～21:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 鈴木	

長野店【11月25日～11月30日スケジュール】

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30	
月	火	水	木	金	土	
全店 研修	全店 研修	全店 研修		10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 千川	10:30～11:30 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 鈴木	
				12:15～13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 金田	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 金田	
				14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 金田	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 近藤	
					15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 鈴木	
					17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 近藤	
				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 近藤	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 鈴木	
				19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 近藤	19:15～20:15 ホットピラティス (80分) 声田	
				21:00～21:45 ピラティス フットキャンプ (45分) 声田	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 声田	

【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)