

長野店【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 近藤	肩コリラックスヨガ 声田		10:30~11:30 セルトル美脚ヨガ 金田	10:30~11:30 オトナのための オールインワンヨガ 横田		10:30~11:30 肩コリラックスヨガ 声田	10:30~11:30 スタンダード60 鈴木	
11:00									
12:00	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ 近藤	12:15~13:15 ダイエットヨガ 声田		12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 声田	12:15~13:15 ホットピラティス 声田		12:15~13:15 スタンダード60 鈴木	12:15~13:15 セルトル美脚ヨガ 宮崎	
13:00									
14:00	14:00~15:00 背中美人ヨガ 林	14:00~15:00 スタンダード60 鈴木			14:00~15:00 肩コリラックスヨガ 声田			14:00~15:00 背中美人ヨガ 声田	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ 近藤
15:00									
16:00	15:45~16:45 スタンダード60 鈴木	15:45~16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 声田							15:45~16:45 スタンダード60 鈴木
17:00									
17:30~18:30	骨盤矯正ヨガ 林			17:30~18:30 美ボディフロー ピラティス 金田	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ 近藤	17:30~18:15 BEAT CORE HIIT 島山	17:30~18:30 スタンダード60 近藤	17:30~18:30 オトナのための オールインワンヨガ 宮崎	
18:00									
19:00				19:15~20:15 ボールでゆがみとりヨガ 島山	19:15~20:15 Sound Feel Yoga ver.2 島山	19:15~20:15 リンパデトックスヨガ 近藤	19:15~20:15 ダイエットヨガ 声田		
20:00									
21:00				21:00~22:00 エアロビヨガ 島山	21:00~22:00 スタンダード60 鈴木	21:00~22:00 はじめてのハワーク (会員様限定) 島山	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ 近藤		
22:00									

長野店【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	研 修						
10:00								
10:30~11:30			10:30~11:30 はじめてのハワーク (会員様限定) 島山	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 みるみる変わる 姿勢ピラティス 金田	
11:00								
12:00			12:15~13:15 ボールでゆがみとりヨガ 金田	12:15~13:00 BEAT CORE HIIT 島山		12:15~13:15 肩コリラックスヨガ 声田	12:15~13:15 ダイエットヨガ 声田	
13:00								
14:00			14:00~15:00 エアロビヨガ 島山	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 島山		14:00~15:00 はじめてのハワーク (会員様限定) 島山	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ 近藤	
15:00								
16:00								16:45~16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 声田
17:00								
17:30~18:30	フェイスアップヨガ 金田			17:30~18:30 ボールでゆがみとりヨガ 島山	17:30~18:30 ダイエットヨガ 声田	17:30~18:30 Sound Feel Yoga ver.2 金田		
18:00								
19:00			18:45~20:15 EXパワーヨガ (会員様限定) 金田	19:15~20:15 Sound Feel Yoga ver.2 島山	19:15~20:15 リンパデトックスヨガ 島山			
20:00			19:15~20:15 スタンダード60 鈴木					
21:00	21:00~22:00 もも尻ヨガティス 金田	21:00~22:00 肩コリラックスヨガ 声田		21:00~22:00 オトナのための オールインワンヨガ 宮崎	21:00~22:00 エアロビヨガ 島山			
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WEB予約はこちらから▶



長野店【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	10:30～11:30 背中美人ヨガ 声田		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 滝澤	10:30～11:30 スタンダード60 近藤		10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 宮崎	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 金田	10:30～11:30 スタンダード60 鈴木
11:00								
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 鈴木		12:15～13:15 ダイエットヨガ 声田	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 声田		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 宮崎	12:15～13:15 スタンダード60 鈴木	12:15～13:15 青盤矯正ヨガ 林
13:00								
14:00	14:00～15:00 ホットピラティス 声田		14:00～15:00 スタンダード60 滝澤			14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 近藤	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 金田	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 伊澤
15:00								
16:00	15:45～16:45 リンパドレッシングヨガ 近藤						15:45～16:45 腸活ヨガ ver.2 近藤	15:45～16:45 はじめてのハーモニカ (会員様限定)林
17:00								
18:00			17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 金田	17:30～18:30 スタンダード60 鈴木	17:30～18:30 背中美人ヨガ 声田	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 声田	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 金田	
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 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 声田	19:15～20:15 スタンダード60 鈴木		
20:00								
21:00			21:00～22:00 スタンダード60 鈴木	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 金田	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 金田	21:00～22:00 ダイエットヨガ 声田		
22:00								

長野店【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						
10:00		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 金田	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 近藤		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 金田	10:30～11:30 ホットピラティス 声田	10:30～11:30 リンパドレッシングヨガ 近藤
11:00							
12:00		12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 金田	12:15～13:15 スタンダード60 鈴木		12:15～13:15 背中美人ヨガ 声田	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 近藤	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 金田
13:00							
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 鈴木	14:00～15:00 アドバンス90 (会員様限定) 林		14:00～15:00 スタンダード60 鈴木	14:00～15:00 リンパドレッシングヨガ 近藤	14:00～15:00 背中美人ヨガ 声田
15:00							
16:00						15:45～16:45 ダイエットヨガ 声田	15:45～16:45 スタンダード60 鈴木
17:00							
18:00		17:30～18:30 スタンダード60 近藤		17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 近藤	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	
19:00		19:15～20:15 もも尻ヨガティス 金田	19:15～20:15 青盤矯正ヨガ 林	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 金田	19:15～20:15 スタンダード60 鈴木		
20:00							
21:00		21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 近藤	21:00～22:00 スタンダード60 近藤	21:00～22:00 リンパドレッシングヨガ 近藤	21:00～22:00 ダイエットヨガ 声田		
22:00							