

長野店【8月1日～8月8日スケジュール】

2024年 7月 15日更新

	8月 1日(木)	8月 2日(金)	8月 3日(土)	8月 4日(日)	8月 5日(月)	8月 6日(火)	8月 7日(水)	8月 8日(木)	
9:00					定 休 日				
10:00		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 滝澤	10:30～11:30 属活ヨガ ver.2 近藤	10:30～11:15 ピラティスブートキャンプ 声田			10:30～11:30 フェイスアップヨガ 金田	10:30～11:30 スタンダード60 近藤	
11:00									
12:00		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 鈴木	12:15～13:15 スタンダード60 鈴木	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 金田			12:15～13:15 もも原ヨガティス 金田	12:15～13:00 Sound Feel Yoga ver.2 金田	
13:00									
14:00		14:00～16:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 滝澤	14:00～14:45 ピラティスブートキャンプ 数内	14:00～16:00 肩コリラックスヨガ 声田			14:00～16:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 数内	14:00～16:00 属活ヨガ ver.2 近藤	
15:00									
16:00			15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 近藤	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 金田					
17:00			0:00～0:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 数内						
18:00	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					17:30～18:15 ピラティスブートキャンプ 数内		17:30～18:30 ダイエットヨガ 声田
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 鈴木	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 金田					19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 鈴木	19:15～20:15 背中美人ヨガ 声田	19:15～20:15 スタンダード60 鈴木
20:00									
21:00	21:00～22:00 もも原ヨガティス 金田	21:00～22:00 フェイスアップヨガ 金田					21:00～22:00 スタンダード60 近藤	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 鈴木	21:00～21:45 ピラティスブートキャンプ 声田
22:00									

長野店【8月9日～8月15日スケジュール】

	8月 9日(金)	8月 10日(土)	8月 11日(日)	8月 12日(月)	8月 13日(火)	8月 14日(水)	8月 15日(木)
9:00							
10:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 鈴木	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 伊藤	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 林		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 声田	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 近藤	
11:00							
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 鈴木	12:45～13:45 肩コリラックスヨガ 声田	12:15～13:15 属活ヨガ ver.2 近藤		12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 声田	12:15～13:15 ホットピラティス 声田	
13:00							
14:00	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 宮崎	14:30～15:30 スタンダード60 近藤	14:00～15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)林		14:00～15:00 属活ヨガ ver.2 近藤		
15:00		16:15～17:00 ピラティスブートキャンプ 声田					
16:00			15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 近藤				
17:00					17:30～18:30 フェイスアップヨガ 金田	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 金田	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 宮崎
18:00	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 宮崎	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 近藤					
19:00	19:15～20:15 ピラティスブートキャンプ 声田				19:15～20:15 スタンダード60 近藤	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 金田	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 鈴木
20:00							
21:00	21:00～22:00 属活ヨガ ver.2 近藤				21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 金田	21:00～22:00 スタンダード60 鈴木	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 宮崎
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▶



