

山形店【1月1日～1月8日スケジュール】

2026年1月9日更新

01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
水	木	金	土	日	月	火	水
年末年始休業	年末年始休業		10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 小野	10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ(45分) 長瀬	定休日	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 鈴木	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 高橋
			12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 鈴木	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 小野		12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 小野	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 高橋
		14:00～15:00 全身とのお腹 まなまヨガ(80分) 鈴木	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 鈴木	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 小野		14:00～15:00 全身とのお腹 まなまヨガ(80分) 鈴木	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT (45分) 小野
		15:45～16:45 背中美人ヨガ (80分) 鈴木	15:45～16:45 小顔リフトピラティス (80分) 鈴木	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 長瀬			
		17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 小野	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT (45分) 小野				
					19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 高橋	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 鈴木	
					21:00～22:00 パワーヨガAdvanced (会員様限定) (80分) 石山	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 石山	

山形店【1月9日～1月16日スケジュール】

01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 小野	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 高橋	10:30～11:30 ダイエットヨガ (80分) 高橋	定休日	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 鈴木	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 鈴木	
	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 小野	12:15～13:00 ピラティス ブートキャンプ(45分) 鈴木	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 細川		12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 小野	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 岩村	
	14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 高橋	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 小野	14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 高橋		14:00～15:00 小顔リフトピラティス (80分) 鈴木		
		15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (80分) 小野	15:45～16:45 腫トレビューティー ヨガ(80分) 細川				
		17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 鈴木					
17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 鈴木	17:30～18:30 ダイエットヨガ (80分) 石山				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 高橋	17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 岩村	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 鈴木
19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 石山	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ (80分) 石山				19:15～20:15 エアロビヨガ (80分) 岩村	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 高橋	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 小野
21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 高橋	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 高橋				21:00～22:00 腫トレビューティー ヨガ(80分) 岩村	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT (45分) 小野	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 鈴木

- ◆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



山形店【1月17日～1月24日スケジュール】

2025年1月9日更新

01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (90分) 鈴木	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 鈴木	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 (90分) 小野	定休日	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (90分) 小野	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (90分) 小野		10:30～11:30 腫トレビューティー ヨガ(90分) 高橋
12:15～13:15 スタンダード80 (90分) 小野	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (90分) 高橋	12:15～13:00 BEAT CORE HIT (45分) 小野		12:15～13:15 ホットピラティス (90分) 高橋	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分) 鈴木		12:15～13:15 スタンダード80 (90分) 高橋
14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (90分) 鈴木	14:00～15:00 エアロビヨガ (90分) 鈴木	14:00～15:00 スタンダード80 (90分) 高橋		14:00～15:00 スタンダード80 (90分) 小野	14:00～15:00 もも尻ヨガティス (90分) 鈴木		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (90分) 小野
	15:45～16:45 スタンダード80 (90分) 高橋	15:45～16:45 ダイエットヨガ (90分) 高橋					
	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分) 鈴木						
17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (90分) 小野				17:30～18:30 腫トレビューティー ヨガ(90分) 高橋		17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分) 高橋	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ(90分) 鈴木
19:15～20:15 ホットピラティス (90分) 高橋				19:15～20:15 もも尻ヨガティス (90分) 鈴木	19:15～20:15 ダイエットヨガ (90分) 高橋	19:15～20:15 小顔リフトピラティス (90分) 鈴木	19:15～20:15 背中美人ヨガ (90分) 鈴木
21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (90分) 高橋				21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分) 鈴木	21:00～22:00 スタンダード80 (90分) 高橋	21:00～22:00 ダイエットヨガ (90分) 高橋	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 (90分) 小野

山形店【1月25日～1月31日スケジュール】

01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31	
土	日	月	火	水	木	金	
10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ(45分) 鈴木	10:30～11:30 スタンダード80 (90分) 小野	定休日	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (90分) 高橋	10:30～11:30 エアロビヨガ (90分) 鈴木		10:30～11:30 小顔リフトピラティス (90分) 鈴木	
12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (90分) 小野	12:15～13:15 ホットピラティス (90分) 高橋		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ(90分) 鈴木	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (90分) 小野		12:15～13:15 スタンダード80 (90分) 小野	
14:00～15:00 もも尻ヨガティス (90分) 鈴木	14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 (90分) 小野		14:00～15:00 ホットピラティス (90分) 高橋			14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 (90分) 小野	
15:45～16:45 子宮温活ヨガ (90分) 鈴木	15:45～16:45 ダイエットヨガ (90分) 高橋						
17:30～18:30 スタンダード80 (90分) 小野							
				17:30～18:30 子宮温活ヨガ (90分) 鈴木	17:30～18:30 スタンダード80 (90分) 小野	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (90分) 高橋	17:30～18:30 ダイエットヨガ (90分) 高橋
				19:15～20:15 スタンダード80 (90分) 小野	19:15～20:15 ホットピラティス (90分) 高橋	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ(90分) 鈴木	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分) 鈴木
				21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (90分) 小野	21:00～22:00 腫トレビューティー ヨガ(90分) 高橋	21:00～21:45 ピラティス ブートキャンプ(45分) 鈴木	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (90分) 高橋

【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)