

上里店【2月1日～2月8日スケジュール】

2025年1月16日更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30~11:30 子音温活ヨガ (80分) 鳥田	10:30~11:15 ピラティス ブートキャンプ(45分) 簡井	定休日	10:30~11:30 花粉症スッキリヨガ (80分) 簡井	10:30~11:30 もも尻ヨガティス (80分) 佐藤		10:30~11:30 免疫セラピーヨガ (80分) 簡井	10:30~11:30 エアロビヨガ (80分) 簡井	
12:15~13:15 スタンダード80 (80分) 惟任	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 佐藤		12:15~13:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 簡井	12:15~13:15 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX(80分) 簡井		12:15~13:15 美ボディフロー ピラティス(80分) 簡井	12:15~13:15 全身ととのう 寝たままヨガ(80分) 川田	
14:00~15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 簡井	14:00~15:00 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX(80分) 簡井		14:00~15:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 佐藤	14:00~15:30 アドバンス90 (会員様限定)(90分) 簡井		14:00~15:00 肩こりラクセスヨガ (80分) 佐藤	14:00~15:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 簡井	
15:45~16:45 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST(80分) 鳥田	15:45~16:45 ホットピラティス (80分) 佐藤						15:45~16:45 スタンダード80 (80分) 川田	
17:30~18:30 免疫セラピーヨガ (80分) 簡井	17:30~19:00 特別レッスン 簡井						17:30~18:30 背中美人ヨガ (80分) 佐藤	
				17:30~18:30 お腹引き締めヨガ (80分) 鳥田		17:30~18:30 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET(80分) 鳥田	17:30~18:30 小顔リフトピラティス (80分) 鳥田	
				19:15~20:15 全身ととのう 寝たままヨガ(80分) 川田	19:15~20:15 子音温活ヨガ (80分) 鳥田	19:15~20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 川田	19:15~20:15 スタンダード80 (80分) 川田	
				20:50~21:50 小顔リフトピラティス (80分) 鳥田	21:05~21:50 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 川田	20:50~21:50 スタンダード80 (80分) 川田	20:50~21:50 お腹引き締めヨガ (80分) 鳥田	

上里店【2月9日～2月16日スケジュール】

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30~11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 川田	定休日	10:30~11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 鳥田	10:30~11:30 小顔リフトピラティス (80分) 鳥田		10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 川田	10:30~11:30 全身ととのう 寝たままヨガ(80分) 川田	10:30~12:00 アドバンス90 (会員様限定)(90分) 簡井
12:15~13:15 子音温活ヨガ (80分) 鳥田		12:15~13:15 全身ととのう 寝たままヨガ(80分) 川田	12:15~13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 川田		12:15~13:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 簡井	12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 鳥田	12:45~13:45 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST(80分) 鳥田
14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 惟任		14:00~15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 川田			14:00~15:00 エアロビヨガ (80分) 簡井	14:00~15:00 もも尻ヨガティス (80分) 佐藤	14:30~15:30 花粉症スッキリヨガ (80分) 簡井
15:45~16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 惟任						15:45~16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 川田	16:15~17:15 お腹引き締めヨガ (80分) 鳥田
						17:30~18:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 佐藤	
			17:30~18:15 ピラティス ブートキャンプ(45分) 簡井	17:30~18:30 肩こりラクセスヨガ (80分) 佐藤	17:30~18:30 ホットピラティス (80分) 佐藤	17:30~18:30 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET(80分) 鳥田	
			19:15~20:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 簡井	19:15~20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 簡井	19:15~20:15 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX(80分) 簡井	19:15~20:15 背中美人ヨガ (80分) 佐藤	
			20:50~21:50 もも尻ヨガティス (80分) 佐藤	20:50~21:50 免疫セラピーヨガ (80分) 簡井	20:50~21:50 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 簡井	20:50~21:50 子音温活ヨガ (80分) 鳥田	

- ◆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た場合は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



上里店【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年1月16日更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30~11:30 Sound Feel Yoga ver.2(90分) 宮沢	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ(90分) 川田		10:30~11:30 背中美人ヨガ(90分) 宮沢	10:30~11:30 はじめてのパワーヨガ(会員様限定)(90分) 川田	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ(90分) 佐藤	
	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ(90分) 川田	12:15~13:15 スタンダード90(90分) 川田		12:15~13:15 小顔リフトピラティス(90分) 島田	12:15~13:15 全身ととのう寝たまんまヨガ(90分) 横田	12:15~13:15 お腹引き締めヨガ(90分) 島田	
	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(90分) 宮沢	14:00~15:00 お腹引き締めヨガ(90分) 島田		14:00~15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(90分) 宮沢	14:00~15:00 ホットピラティス(90分) 佐藤	14:00~15:00 骨盤矯正ヨガ(90分) 佐藤	
					15:45~16:45 リンパデトックスヨガ(90分) 川田	15:45~16:45 スタンダード90(90分) 島田	
					17:30~18:30 Sound Feel Yoga ver.2(90分) 横田		
	17:30~18:30 子宮温活ヨガ(90分) 島田		17:30~18:30 エアロピヨガ(90分) 林	17:30~18:30 骨盤矯正ヨガ(90分) 佐藤			
	19:15~20:15 もも尻ヨガティス(90分) 佐藤	18:40~19:40 肩コリラックスヨガ(90分) 佐藤	19:15~20:15 全身ととのう寝たまんまヨガ(90分) 川田	19:15~20:00 Beat Drum Diet 3.0(45分) 川田			
	20:50~21:50 お腹引き締めヨガ(90分) 島田	20:20~21:50 アロマンス90(会員様限定)(90分) 林	20:50~21:50 小顔リフトピラティス(90分) 林	20:50~21:50 全身ととのう寝たまんまヨガ(90分) 川田			

上里店【2月25日～2月28日スケジュール】

02/25	02/26	02/27	02/28
火	水	木	金
10:30~11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(90分) 島田	10:30~11:30 お腹引き締めヨガ(90分) 島田		10:30~11:30 小顔リフトピラティス(90分) 島田
12:15~13:15 背中美人ヨガ(90分) 佐藤	12:15~13:15 肩コリラックスヨガ(90分) 佐藤		12:15~13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(90分) 島田
14:00~15:00 子宮温活ヨガ(90分) 島田			14:00~14:45 Beat Drum Diet 3.0(45分) 川田
17:30~18:30 リンパデトックスヨガ(90分) 川田	17:30~18:30 スタンダード90(90分) 川田	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ(90分) 川田	17:30~18:30 花粉症スッキリヨガ(90分) 筒井
19:15~20:15 パワーヨガAdvance(会員様限定)(90分) 筒井	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(90分) 筒井	19:15~20:15 スタンダード90(90分) 川田	19:15~20:15 美ボディフローピラティス(90分) 筒井
20:50~21:50 免疫セラピーヨガ(90分) 筒井	20:50~21:50 エアロピヨガ(90分) 筒井	20:50~21:50 もも尻ヨガティス(90分) 佐藤	20:50~21:50 骨盤矯正ヨガ(90分) 佐藤

【お問い合わせセンター】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)