

# 川中島店【7月1日～7月7日スケジュール】

2024年 6月16日更新

	7月1日(月)	7月2日(火)	7月3日(水)	7月4日(木)	7月5日(金)	7月6日(土)	7月7日(日)	
9:00	定 休 日							
10:00								
11:00		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 腸活ヨガ ver.2 滝澤			10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 藤内	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 藤内	10:30～11:30 ホットピラティス 声田
12:00								
13:00			12:15～13:15 青盤矯正ヨガ 林	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 宮崎		12:15～13:15 エアロビヨガ 林	12:15～13:15 アロマリラクソスヨガ HERBAL RELAX 滝澤	12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 宮崎
14:00			14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 林	14:00～15:00 アロマリラクソスヨガ FRUITY DIET 滝澤		14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 藤内	14:00～15:00 スタンダード60 石川	14:00～15:00 背中美人ヨガ 声田
15:00								
16:00							15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 金田	15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ 宮崎
17:00								
18:00			17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 藤内		17:30～18:30 スタンダード60 石川	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 林	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 滝澤	
19:00								
20:00			19:15～20:15 ホットピラティス 藤内	19:15～20:15 スタンダード60 石川	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 藤内	19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 滝澤		
21:00			21:00～22:00 スタンダード60 石川	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 藤内	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 滝澤	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 宮崎		
22:00								

# 川中島店【7月8日～7月15日スケジュール】

	7月 8日(月)	7月 9日(火)	7月 10日(水)	7月 11日(木)	7月 12日(金)	7月 13日(土)	7月 14日(日)	7月15日(月)	
9:00	定 休 日							定 休 日	
10:00									
11:00		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 藤島	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 藤内			10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 金田	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 腫トレ ビューティーヨガ 藤内
12:00									
13:00			12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 滝澤	12:15～13:15 アロマリラクソスヨガ DEEP FOREST 滝澤		12:15～13:15 スタンダード60 石川	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 藤島		12:15～13:15 エアロビヨガ 林
14:00			14:00～15:00 スタンダード60 石川			14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 藤島	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 宮崎		14:00～15:00 スタンダード60 石川
15:00									
16:00							15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 藤内		15:45～16:45 アロマリラクソスヨガ HERBAL RELAX 滝澤
17:00		17:00～18:30 アドバンス90 (会員権限定) 林							
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 ボールでゆがみとりヨガ 宮崎	17:30～18:30 ホットピラティス 金田	17:30～18:30 スタンダード60 石川			
19:00									
20:00			19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 宮崎	19:15～20:15 エアロビヨガ 林	19:15～20:15 スタンダード60 石川	19:15～20:15 アロマリラクソスヨガ FRUITY DIET 滝澤			
21:00			21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 林	21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 林	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 宮崎	21:00～22:00 スタンダード60 石川			
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♪



