

川中島店【10月1日～10月7日スケジュール】

2024年9月15日更新

	10月1日(火)	10月2日(水)	10月3日(木)	10月4日(金)	10月5日(土)	10月6日(日)	10月7日(月)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX 飯島	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 林		10:30～11:15 ピラティスフットキャンプ 飯内	10:30～11:30 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 飯内	10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 飯内	
12:00							
13:00	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 飯内	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 飯内		12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 宮崎	12:15～13:15 背中美人ヨガ 宮崎	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 石川	
14:00	14:00～15:00 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)林	14:00～15:00 エアロピヨガ 林		14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 飯内	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 飯内	14:00～15:00 スタンダード60 石川	
15:00							
16:00					15:45～16:45 スタンダード60 石川	15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 飯内	
17:00							
18:00	17:30～18:30 全身とこのう 寝たまんまヨガ 林		17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 宮崎	17:30～18:30 スリムアッププレス 宮崎	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 石川		
19:00							
20:00	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 林	19:15～20:15 スリムアッププレス 宮崎	19:15～20:15 スタンダード60 石川	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 石川			
21:00	21:00～21:45 ピラティスフットキャンプ 飯内	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 石川	21:00～22:00 背中美人ヨガ 宮崎	21:00～22:00 スタンダード60 石川			
22:00							

定休日

川中島店【10月8日～10月15日スケジュール】

	10月8日(火)	10月9日(水)	10月10日(木)	10月11日(金)	10月12日(土)	10月13日(日)	10月14日(月)	10月15日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 飯島	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 石川		10:30～11:30 全身とこのう 寝たまんまヨガ 飯内	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 飯内	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 エアロピヨガ 林
12:00								
13:00	12:15～13:15 スタンダード60 石川	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 林		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 石川	12:15～13:15 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 飯内	12:15～13:15 スリムアッププレス 宮崎		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 石川
14:00	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 飯島			14:00～15:00 スタンダード60 石川	14:00～15:00 ホットピラティス 飯内	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 石川		14:00～15:00 全身とこのう 寝たまんまヨガ 林
15:00								
16:00					15:45～16:45 肩コリラクゼーション 飯内	15:45～16:45 スタンダード60 石川		
17:00								
18:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 石川	17:30～18:30 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 飯内	17:30～18:30 背中美人ヨガ 宮崎	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 Sound Feel Yoga ver.2 林			17:30～18:30 スリムアッププレス 宮崎
19:00								
20:00	19:15～20:15 スリムアッププレス 宮崎	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ 宮崎	19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 宮崎	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 飯内				19:15～20:15 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)林
21:00	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 宮崎	21:00～21:45 ピラティスフットキャンプ 飯内	21:00～22:00 スタンダード60 石川	21:00～22:00 背中美人ヨガ 宮崎				21:00～22:00 ボールでゆがみとりヨガ 宮崎
22:00								

定休日

【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▶



