

山形店【11月1日～11月8日スケジュール】

2024年11月10日更新

11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 武田	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 武田	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 小野	定休日	10:30～11:15 BEAT CORE HIT (45分) 小野	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 鈴木		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (80分) 石栗
12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 石栗	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (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 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 鈴木	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 鈴木		12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 小野
14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 武田	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 鈴木	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 鈴木		14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 鈴木	14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分) 鈴木		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 石栗
	15:45～16:45 子宮温活ヨガ (80分) 鈴木	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 小野					
	17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 武田						
17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 小野				17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 小野		17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 鈴木	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 小野
19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 鈴木				19:15～20:15 ホットピラティス (80分) 石栗	19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 小野	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 小野	19:15～20:15 エアロビヨガ (80分) 鈴木
21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 小野				21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 石栗	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 石栗	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 鈴木	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 鈴木

山形店【11月9日～11月16日スケジュール】

11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 鈴木	10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 鈴木	定休日	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 石栗	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 細川		10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分) 鈴木	10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 鈴木
12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 石栗	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 鈴木		12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 鈴木	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 小野	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 小野	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 石栗	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 鈴木
14:00～15:00 リンパドレナージュ (80分) 石栗	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 石栗		14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 石栗			14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (80分) 石栗	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 小野
15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 石栗	15:45～16:45 肩コリラックスヨガ (80分) 石栗						15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 小野
17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 鈴木							17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 小野
				17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 鈴木	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 石栗	17:00～18:30 EX/パワーヨガ (会員様限定) (90分) 石栗	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 小野
				19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 鈴木	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 石栗	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (80分) 小野	19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 小野
				21:00～21:45 BEAT CORE HIT (45分) 小野	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 小野	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 小野	21:00～22:00 エアロビヨガ (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は、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【11月17日～11月24日スケジュール】

2024年11月10日更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30～11:30 スタンダード60 (80分) 武田	定休日	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 小野	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス (80分) 石栗		10:30～11:30 スタンダード60 (80分) 細川	10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分) 鈴木	10:30～11:30 肩コリラクソヨガ (80分) 石栗
12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 石栗		12:15～13:00 BEAT CORE HIT (45分) 小野	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (80分) 小野		12:15～13:15 エアロピヨガ (80分) 鈴木	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 石栗	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 小野
14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 石栗		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 石栗	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 小野		14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 細川	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (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) 石栗
15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 武田						15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 鈴木	15:45～16:45 腸活ヨガ ver.2 (80分) 小野
						17:30～19:00 EY(パワー)ヨガ (会員様限定)(90分) 石栗	
			17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 鈴木		17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 石栗	17:30～18:15 ピラティス プードキャン (45分) 鈴木	
			19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス (80分) 石栗	19:15～20:15 エアロピヨガ (80分) 鈴木	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 鈴木	19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 小野	
			21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 鈴木	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 鈴木	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 石栗	21:00～22:00 スタンダード60 (80分) 小野	

山形店【11月25日～11月30日スケジュール】

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
月	火	水	木	金	土
定休日	全店研修	全店研修		10:30～11:30 スタンダード60 (80分) 小野	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 石栗
				12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 鈴木	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 石栗
				14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 鈴木	14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 石栗
					15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 武田
					17:30～18:30 スタンダード60 (80分) 武田
				17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 小野	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 小野
				19:15～20:15 パワーヨガ Advance (会員様限定)(80分) 石栗	19:15～20:00 ピラティス プードキャン (45分) 鈴木
				21:00～21:45 BEAT CORE HIT (45分) 小野	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 小野

【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)