

山形店【7月1日～7月8日スケジュール】

2024年7月20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)	7月 8日(月)
9:00								
10:00		10:30～11:30 エアロビヨガ 鈴木	10:30～11:30 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX 武田		10:30～11:30 スタンダード60 小野	10:30～11:30 もも原ヨガティス 石栗	10:30～11:30 青中美人ヨガ 鈴木	
11:00								
12:00		12:15～13:15 スタンダード60 武田	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 小野		12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 石栗	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	12:15～13:15 エアロビヨガ 鈴木	
13:00								
14:00		14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	14:00～15:00 スタンダード60 武田		14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 小野	14:00～15:00 スタンダード60 小野	14:00～15:00 スタンダード60 武田	
15:00								
16:00						15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ 石栗	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 武田	
17:00								
18:00		17:30～18:30 ホットピラティス 石栗		17:30～18:30 スタンダード60 小野	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 武田	17:30～18:30 エアロビヨガ 鈴木		
19:00		19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 小野	19:15～20:15 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)石栗	19:15～20:15 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 武田	19:15～20:15 セルトル奥脚ヨガ 鈴木			
20:00								
21:00		21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 石栗	21:00～22:00 青中美人ヨガ 鈴木	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 小野	21:00～22:00 エアロビヨガ 鈴木			
22:00								

定休日

定休日

山形店【7月9日～7月15日スケジュール】

	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							
10:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 武田	10:30～11:30 セルトル奥脚ヨガ 鈴木		10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 小野	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 石栗	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 小野	
11:00							
12:00	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)石栗	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 石栗		12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 石栗	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 小野	12:15～13:15 セルトル奥脚ヨガ 鈴木	
13:00							
14:00	14:00～15:00 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 武田			14:00～15:00 ポールでゆがみとりヨガ 石栗	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 石栗	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 小野	
15:00							
16:00					15:45～16:45 スタンダード60 小野	15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	
17:00							
18:00	17:30～18:30 青中美人ヨガ 鈴木	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 小野	17:30～18:30 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX 武田	17:30～18:30 スタンダード60 武田	17:30～18:30 青中美人ヨガ 鈴木		
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 小野	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 武田	19:15～20:15 青中美人ヨガ 石栗	19:15～20:15 エアロビヨガ 鈴木			
20:00							
21:00	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	21:00～22:00 スタンダード60 武田	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 石栗	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 武田			
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♪



山形店【7月16日～7月23日スケジュール】

	7月 16日(火)	7月 17日(水)	7月 18日(木)	7月 19日(金)	7月 20日(土)	7月 21日(日)	7月 22日(月)	7月 23日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 小野	10:30～11:30 青中美人ヨガ 鈴木		10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 石栗	10:30～11:15 ピラティスブートキャンプ 鈴木	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 武田		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 武田
12:00								
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 小野	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木		14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 石栗	14:00～15:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)石栗	14:00～15:00 スタンダード60 武田		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 武田
15:00								
16:00					15:45～16:45 腸活ヨガ ver.2 小野	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 小野		
17:00								
18:00	17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 石栗		17:30～18:30 スタンダード60 武田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 武田	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 石栗			17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 石栗
19:00		18:45～19:45 骨盤矯正ヨガ 小野						
20:00	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 石栗		19:15～20:00 ピラティスブートキャンプ 鈴木	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 武田				19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 小野
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 武田	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 石栗	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 武田	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 小野				21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 石栗
22:00								

山形店【7月24日～7月31日スケジュール】

	7月24日(水)	7月25日(木)	7月26日(金)	7月27日(土)	7月28日(日)	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小野		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 武田	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 武田	10:30～11:15 ピラティスブートキャンプ 鈴木		10:30～11:30 スタンダード60 小野	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木
12:00								
13:00	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 石栗		12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 鈴木	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小野	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 石栗		12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 小野	12:15～13:15 ホットピラティス 武田
14:00			14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 武田	14:00～15:00 ホットピラティス 武田	14:00～15:00 スタンダード60 鈴木		14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 石栗	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木
15:00								
16:00				15:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)石栗	15:45～16:45 もも尻ヨガティス 石栗			
17:00								
18:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 武田	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	17:30～18:30 スタンダード60 小野	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 小野			17:30～18:30 ホットピラティス 武田	
19:00								
20:00	19:15～20:15 ホットピラティス 武田	19:15～20:15 スタンダード60 小野	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 石栗				19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 石栗	19:15～20:15 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)石栗
21:00	21:00～22:00 エアロビヨガ 鈴木	21:00～22:00 青中美人ヨガ 鈴木	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 小野				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 武田	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 小野
22:00								

定休日