

山形店【8月1日～8月8日スケジュール】

2024年7月16日更新

	8月 1日(木)	8月 2日(金)	8月 3日(土)	8月 4日(日)	8月 5日(月)	8月 6日(火)	8月 7日(水)	8月 8日(木)	
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 石栗	10:30～11:30 ホットピラティス 武田	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 骨盤矯正ヨガ 小野	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 石栗	
12:00									
13:00		12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 小野	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	12:15～13:15 スタンダード60 鈴木			12:15～13:15 エアロピヨガ 鈴木	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 小野	
14:00		14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)石栗	14:00～14:45 BEAT CORE HIT 石栗	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 小野			14:00～15:00 スタンダード60 小野	14:00～15:00 もも戻ヨガティス 石栗	
15:00									
16:00			15:45～16:45 アロマリラクソスヨガ FRUITY DIET 武田	15:45～16:45 セルトル奥脚ヨガ 鈴木					
17:00									
18:00	17:30～18:30 アロマリラクソスヨガ HERBAL RELAX 武田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 武田	17:30～18:30 背中美人ヨガ 鈴木				17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 石栗		17:30～18:30 背中美人ヨガ 鈴木
19:00									
20:00	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 小野	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小野					19:15～20:15 アロマリラクソスヨガ DEEP FOREST 武田	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 武田	19:15～20:15 スタンダード60 鈴木
21:00	21:00～22:00 ホットピラティス 武田	21:00～22:00 スタンダード60 武田					21:00～22:00 ボールでゆがみとりヨガ 石栗	21:00～21:45 ピラティスブートキャンプ 鈴木	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 武田
22:00									

山形店【8月9日～8月15日スケジュール】

	8月 9日(金)	8月 10日(土)	8月 11日(日)	8月 12日(月)	8月 13日(火)	8月 14日(水)	8月 15日(木)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 はじめてのワークアウト (会員様限定)石栗	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		10:30～11:30 ホットピラティス 武田	10:30～11:15 ピラティスブートキャンプ 鈴木	
12:00	12:15～13:15 ホットピラティス 武田	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 スタンダード60 小野		12:15～13:45 EXパワーヨガ (会員様限定)石栗	12:15～13:15 アロマリラクソスヨガ HERBAL RELAX 武田	
13:00							
14:00	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 石栗	14:00～15:00 スタンダード60 小野	14:00～15:00 ホットピラティス 武田		14:30～15:30 スタンダード60 武田		
15:00							
16:00		15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 石栗	15:45～16:45 アロマリラクソスヨガ DEEP FOREST 武田				
17:00							
18:00	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小野	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 パワーヨガAdvance (会員様限定)石栗	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 小野
19:00	19:15～20:15 エアロピヨガ 鈴木				19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ 石栗	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小野	19:15～20:15 スタンダード60 鈴木
20:00							
21:00	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 小野				21:00～22:00 エアロピヨガ 鈴木	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 小野	21:00～22:00 セルトル奥脚ヨガ 鈴木
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【8月16日～8月23日スケジュール】

	8月 16日(金)	8月 17日(土)	8月 18日(日)	8月 19日(月)	8月 20日(火)	8月 21日(水)	8月 22日(木)	8月 23日(金)	
9:00				定 休 日					
10:00									
10:30～11:30	リンパドレナージュヨガ 武田	10:30～11:30 スタンダード60 武田	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 石栗			10:30～11:30 属活ヨガ ver.2 小野	10:30～11:30 背中美人ヨガ 鈴木		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 石栗
11:00									
12:00									
12:15～13:15	セルトル美脚ヨガ 鈴木	12:15～13:15 属活ヨガ ver.2 小野	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 スタンダード60 小野	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 小野		12:15～13:15 リンパドレナージュヨガ 武田
13:00									
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 武田	14:00～15:00 背中美人ヨガ 鈴木	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 小野			14:00～14:45 ピラティスフットキャンプ 鈴木	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 石栗
15:00									
16:00		15:45～16:45 リンパドレナージュヨガ 武田	15:45～16:45 はじめての「パワー」ヨガ (会員様限定)石栗						
17:00									
17:30～18:30	もも尻ヨガティス 石栗	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小野				17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 石栗			17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 鈴木
18:00								17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 石栗	
19:00									
19:15～20:15	みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木				19:15～20:15 ホットピラティス 武田	19:15～20:15 ピラティスフットキャンプ 鈴木	19:15～20:00 ピラティスフットキャンプ 鈴木	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小野	
20:00									
21:00	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 石栗				21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 石栗	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 石栗	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)石栗	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	
22:00									

山形店【8月24日～8月31日スケジュール】

	8月24日(土)	8月25日(日)	8月26日(月)	8月27日(火)	8月28日(水)	8月29日(木)	8月30日(金)	8月31日(土)	
9:00			定 休 日						
10:00									
10:30～11:30	ホットピラティス 武田	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 武田			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 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木		10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 石栗	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小野
11:00									
12:00									
12:15～13:15	アンチエイジングヨガ 小野	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 石栗			12:15～13:15 はじめての「パワー」ヨガ (会員様限定)石栗	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 鈴木		12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)石栗
13:00									
14:00	14:00～15:00 エアロビヨガ 鈴木	14:00～15:00 スタンダード60 武田			14:00～15:00 ホットピラティス 武田			14:00～15:00 背中美人ヨガ 鈴木	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小野
15:00									
16:00	15:45～16:45 スタンダード60 小野	15:45～16:45 もも尻ヨガティス 石栗							15:45～16:30 ピラティスフットキャンプ 鈴木
17:00									
17:30～18:30	みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木				17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小野	17:30～18:30 スタンダード60 武田	17:30～18:30 ホットピラティス 武田	17:30～18:30 リンパドレナージュヨガ 武田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 武田
18:00									
19:00									
19:15～20:15				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 武田	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 小野	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小野	19:15～20:15 スタンダード60 武田		
20:00									
21:00				21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小野	21:00～22:00 ホットピラティス 武田	21:00～22:00 スタンダード60 小野	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 石栗		
22:00									