

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							
13:00	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	
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							
20:00	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
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が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▶



