

山形店【9月1日～9月8日スケジュール】

2024年8月16日更新

	9月 1日(日)	9月 2日(月)	9月 3日(火)	9月 4日(水)	9月 5日(木)	9月 6日(金)	9月 7日(土)	9月 8日(日)	
9:00		定 休 日							
10:00	10:30～11:30 背中美人ヨガ 鈴木			10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 小野	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)石栗		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 武田	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 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 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小野			12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 鈴木	12:15～13:15 スタンダード60 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 骨盤矯正ヨガ 小野	12:15～13:15 スタンダード60 武田
13:00									
14:00	14:00～15:00 エアロピヨガ 鈴木			14:00～15:00 スタンダード60 小野	14:00～15:00 ポールでゆがみとりヨガ 石栗		14:00～15:00 ホットピラティス 武田	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木	14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 小野
15:00									
16:00	15:45～16:45 スタンダード60 小野							15:45～16:45 スタンダード60 小野	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 武田
17:00									
18:00				17:30～18:30 ホットピラティス 武田		17:30～18:30 背中美人ヨガ 鈴木	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小野	17:30～18:15 ピラティスブートキャンプ 鈴木	
19:00				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 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 鈴木		
20:00									
21:00				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 武田	21:00～22:00 エアロピヨガ 鈴木	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小野	21:00～22:00 スタンダード60 鈴木		
22:00									

山形店【9月9日～9月15日スケジュール】

	9月 9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)	9月15日(日)
9:00							
10:00		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 武田	10:30～11:30 エアロピヨガ 鈴木		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 武田	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小野	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 石栗
11:00							
12:00		12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小野	12:15～13:15 スタンダード60 武田		12:15～13:15 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)石栗	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 石栗	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 武田
13:00							
14:00		14:00～15:00 ホットピラティス 武田			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 武田	14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 小野	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 石栗
15:00							
16:00						16:45～17:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)石栗	16:45～17:45 スタンダード60 武田
17:00							
18:00		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 鈴木	17:30～18:30 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)石栗	17:30～18:30 スタンダード60 小野	17:30～18:30 ポールでゆがみとりヨガ 石栗	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 武田	
19:00		19:15～20:15 背中美人ヨガ 鈴木	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小野	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 石栗	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小野		
20:00							
21:00		21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 小野	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 石栗	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 石栗	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 石栗		
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【9月16日～9月23日スケジュール】

	9月16日(月)	9月17日(火)	9月18日(水)	9月19日(木)	9月20日(金)	9月21日(土)	9月22日(日)	9月23日(月)	
9:00									
10:00		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 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 背中美人ヨガ 鈴木	10:30～11:30 エアロヨガ 鈴木	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小野		
11:00									
12:00		12:15～13:15 ホットピラティス 武田	12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 鈴木		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 石栗	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 鈴木	12:15～13:15 セトル美脚ヨガ 鈴木		
13:00									
14:00		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 石栗	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 武田		14:00～15:00 スタンダード60 鈴木	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 武田	14:00～15:00 スタンダード60 小野		
15:00	定 休 日								
16:00						15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 石栗	15:45～16:30 ピラティスブートキャンプ 鈴木		
17:00									
18:00		17:30～18:30 セトル美脚ヨガ 鈴木		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 武田	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエツトヨガ 小野	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 小野			
19:00			18:45～20:15 アドバンス90 (会員様限定) 石栗	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)石栗	19:15～20:15 ホットピラティス 武田				
20:00			19:15～20:15 スタンダード60 小野						
21:00		21:00～21:45 ピラティスブートキャンプ 鈴木	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 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

山形店【9月24日～9月30日スケジュール】

	9月24日(火)	9月25日(水)	9月26日(木)	9月27日(金)	9月28日(土)	9月29日(日)	9月30日(月)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 小野	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 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 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 武田	10:30～11:30 はじめての「ハ」ヨガ (会員様限定)石栗	
12:00							
13:00	12:15～13:15 セトル美脚ヨガ 鈴木	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 武田		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 石栗	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 石栗	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 鈴木	
14:00	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小野			14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 小野	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエツトヨガ 小野	14:00～15:00 エアロヨガ 鈴木	
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	16:45～16:45 リンパデトックスヨガ 武田	
17:00							
18:00	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 石栗	17:30～18:30 スタンダード60 小野	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小野	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 鈴木	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 小野		
19:00	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 石栗	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)石栗	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 武田	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 武田			
20:00							
21:00	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 武田	21:00～22:00 ホールでゆがみとりヨガ 石栗	21:00～22:00 ホットピラティス 武田	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木			
22:00							
							定 休 日