

八戸店【7月1日～7月9日スケジュール】

2024年 6月 15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 セルトル美脚ヨガ 西向	10:30～11:30 ホットピラティス 小泉		10:30～11:30 スタンダード60 柏崎	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 西向	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 小泉	
11:00								
12:00		12:15～13:15 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)小泉	12:15～13:15 スタンダード60 柏崎		12:15～13:15 背中美人ヨガ 三田	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 小泉	12:15～13:15 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX 三田	
13:00								
14:00		14:00～15:00 リンパドレナージュ 小泉	14:00～15:00 エアロビヨガ 小泉		14:00～15:00 オトナののための オールインワンヨガ 三田	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 西向	14:00～15:00 リンパドレナージュ 小泉	
15:00	定休日							定休日
16:00						15:45～16:45 スタンダード60 柏崎	15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ 三田	
17:00								
18:00		17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 三田		17:30～18:30 スタンダード60 柏崎	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 小泉	17:30～18:30 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)小泉		
19:00		19:15～20:15 スタンダード60 柏崎	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 西向	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 西向	19:15～20:15 リンパドレナージュ 小泉			
20:00								
21:00		21:00～22:00 癒せる身体をつくる ダイエットヨガ 三田	21:00～22:00 スタンダード60 柏崎	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 西向	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 西向			
22:00								

八戸店【7月10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 腸活ヨガ ver.2 三田	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 小泉		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 西向	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 三田	10:30～11:30 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)小泉	
11:00							
12:00	12:15～13:15 スリムアッププレス 小泉	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 西向		12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 西向	12:15～13:15 癒せる身体をつくる ダイエットヨガ 三田	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 西向	
13:00							
14:00	14:00～15:00 オトナののための オールインワンヨガ 三田			14:00～15:00 スタンダード60 柏崎	14:00～15:00 リンパドレナージュ 小泉	14:00～15:00 エアロビヨガ 小泉	
15:00							定休日
16:00					15:45～16:45 ホットピラティス 小泉	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 西向	
17:00			17:00～18:00 骨盤矯正ヨガ 西向				
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 柏崎	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 三田		17:30～18:30 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)小泉	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 西向		
19:00			18:45～20:15 アドバンス90 (会員様限定) 三田				
20:00	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 西向	19:15～20:15 スタンダード60 柏崎		19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 三田			
21:00	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 西向	21:00～22:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 三田	21:00～22:00 スタンダード60 柏崎	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 小泉			
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。

レッスンのWEB予約はこちらからト

◆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。



八戸店【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 ホットピラティス 小泉	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 西向		10:30～11:30 スタンダード60 柏崎	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 小泉	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 柏崎		10:30～11:30 はじめての「ハローヨガ」 (会員様限定)小泉
12:00	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 小泉	12:15～13:15 スタンダード60 西向		12:15～13:15 はじめての「ハローヨガ」 (会員様限定)小泉	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 柏崎	12:15～13:15 背中美人ヨガ 三田		12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 三田
13:00							定 休 日	
14:00	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 西向	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 小泉		14:00～15:00 スリムアッププレス 小泉	14:00～14:45 ピラティスブートキャンプ 西向	14:00～15:00 スタンダード60 柏崎		14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 小泉
15:00								
16:00					15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 西向	15:45～16:45 アロマリラックスメガ FRUITY DIET 三田		
17:00								
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 柏崎		17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 三田	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 西向	17:30～18:30 スタンダード60 柏崎			17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 西向
19:00	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 三田	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 柏崎	19:15～20:00 ピラティスブートキャンプ 西向	19:15～20:15 スタンダード60 西向				19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 三田
20:00								
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスメガ DEEP FOREST 三田	21:00～22:00 もも原ヨガティス 三田	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 三田	21:00～22:00 エアロビヨガ 小泉				21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 西向
22:00								

八戸店【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 リンパデトックスヨガ 柏崎		10:30～11:30 全身とどのう 寝たまんまヨガ 三田	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 西向	10:30～11:30 エアロビヨガ 小泉		10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 小泉	10:30～11:30 スタンダード60 柏崎	
12:00	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定)小泉		12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 西向	12:15～13:15 スタンダード60 柏崎	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 柏崎		12:15～13:15 背中美人ヨガ 三田	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 三田	
13:00						定 休 日			
14:00			14:00～15:00 スタンダード60 西向	14:00～15:00 スリムアッププレス 小泉	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 三田		14:00～15:00 アロマリラックスメガ HERBAL RELAX 三田	14:00～15:00 もも原ヨガティス 三田	
15:00									
16:00				15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 柏崎	15:45～16:45 ホットピラティス 三田				
17:00									
18:00	17:30～18:30 ホットピラティス 小泉	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 柏崎	17:30～18:30 エアロビヨガ 小泉	17:30～18:30 はじめての「ハローヨガ」 (会員様限定)小泉				17:30～18:15 ピラティスブートキャンプ 西向	
19:00	19:15～20:15 はじめての「ハローヨガ」 (会員様限定)小泉	19:15～20:15 癒せる身体をつくる ダイエットヨガ 三田	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 小泉					19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 柏崎	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 小泉
20:00									
21:00	21:00～21:45 ピラティスブートキャンプ 西向	21:00～22:00 スタンダード60 柏崎	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 柏崎				21:00～22:00 スタンダード60 柏崎	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 西向	
22:00									