

古河店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年12月16日更新

12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	10:30～11:30 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分)		10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)
12:15～13:15 スタンダード80 (60分)		倉持	奥平		倉持	倉持	倉持
14:00～15:00 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分)		12:15～13:15 SUMOYOGA 四肢コアダイエツト (60分)	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分)		12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	12:15～13:15 ホットピラティス (60分)	12:15～13:00 ピラティス フットキャンプ (45分)
15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分)		倉持	奥平		倉持	奥平	倉持
		14:00～15:00 免疫セラピーヨガ (60分)	14:00～15:00 ダイエットヨガ (60分)		14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分)	14:00～15:00 スタンダード80 (60分)	14:00～15:00 スタンダード80 (60分)
		倉持	倉持		倉持	倉持	倉持
						15:45～16:45 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分)	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (60分)
						倉持	倉持
						17:30～18:30 子言温活ヨガ (60分)	
						倉持	
					19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)		
					倉持		
		17:30～18:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	17:30～18:30 スタンダード80 (60分)	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (60分)	17:30～18:30 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分)		
		倉持	倉持	倉持	倉持		
		19:15～20:15 子言温活ヨガ (60分)	19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	19:15～20:15 オトナののための オールインワンヨガ (60分)	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)		
		倉持	倉持	倉持	倉持		
		20:50～21:50 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分)	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ (60分)	20:50～21:50 SUMOYOGA 四肢コアダイエツト (60分)	20:50～21:50 オトナののための オールインワンヨガ (60分)		
		倉持	倉持	倉持	倉持		

古河店【12月9日～12月16日スケジュール】

12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	10:30～11:30 スタンダード80 (60分)		10:30～11:30 背中美人ヨガ (60分)	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)	10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	定休日
	倉持	倉持		倉持	奥平	倉持	
	12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分)	12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (60分)		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (60分)	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)	
	倉持	倉持		倉持	倉持	奥平	
	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)		14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス (60分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	
	倉持	倉持		倉持	奥平	倉持	
					15:45～16:45 子言温活ヨガ (60分)	15:45～16:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	
					倉持	奥平	
					17:30～18:30 SUMOYOGA 四肢コアダイエツト (60分)		
					倉持		
				19:15～20:15 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (60分)			
				倉持			
	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分)	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	17:30～18:30 スタンダード80 (60分)			
	奥平	倉持	倉持	倉持			
	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (60分)	19:15～20:00 SUMOYOGA 四肢コアダイエツト (60分)	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)	19:15～20:15 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET (60分)			
	倉持	奥平	倉持	奥平			
	20:50～21:50 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)	20:50～21:50 腸活ヨガ ver.2 (60分)	20:50～21:50 スタンダード80 (60分)	20:50～21:50 ダイエットヨガ (60分)			
	奥平	倉持	倉持	奥平			

- ◆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一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。
 - ◆レッスン開始時刻一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



古河店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年12月16日更新

12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30 リンパドレナージュ (90分) 倉持	10:30～11:30 スタンダード90 (90分) 倉持		10:30～11:30 免疫セラピーヨガ (90分) 横田	10:20～11:30 タンパク質と美容の関係 プチ講座(10分) 横田	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(90分) 横田	定休日	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (90分) 横田
12:15～13:15 スタンダード90 (90分) 倉持	12:15～13:15 リンパドレナージュ (90分) 倉持		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (90分) 塚本	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (90分) 横田	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (90分) 倉沢		12:15～13:15 ホットピラティス (90分) 塚本
14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 塚本	14:00～15:00 オトナののための オールインワンヨガ (90分) 横田		14:00～15:00 育中美人ヨガ (90分) 横田	12:05～12:15 女性のための栄養学 プチ講座(10分) 倉沢	14:00～15:00 小顔リフトピラティス (90分) 横田		14:00～15:00 免疫セラピーヨガ (90分) 横田
				12:15～13:15 フェスタ特別レッスン 倉沢	15:45～17:15 アドバンス90 (会員様限定)(90分) 倉沢		
				13:50～14:00 健康な体づくりの基本 プチ講座(10分) 倉持			
				14:00～15:00 フェスタ特別レッスン 倉持			
17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (90分) 塚本	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(90分) 横田	17:30～18:30 スタンダード90 (90分) 倉持	17:30～18:30 SUMOYOGA 四股コアエクサ (90分) 倉沢	15:35～15:45 ダイエットと食事 プチ講座(10分) 塚本			17:30～18:30 子宮温活ヨガ (90分) 塚本
19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分) 横田	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (90分) 塚本	19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 塚本	19:15～20:15 リンパドレナージュ (90分) 倉持	15:45～16:45 フェスタ特別WS 塚本			19:15～20:25 スタンダード90 (90分) 倉持
20:50～21:50 Sound Feel Yoga ver.2(90分) 横田	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (90分) 塚本	20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ (90分) 塚本	20:50～21:50 スタンダード90 (90分) 倉持				20:50～21:35 リンパドレナージュ (90分) 倉持

古河店【12月25日～12月31日スケジュール】

12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分) 横田		10:30～11:30 育中美人ヨガ (90分) 横田	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (90分) 塚本	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 (90分) 倉沢	年末年始休業	年末年始休業
12:15～13:15 スタンダード90 (90分) 倉持		12:15～13:15 免疫セラピーヨガ (90分) 横田	12:15～13:15 ホットピラティス (90分) 塚本	12:15～13:00 スタンダード90 (90分) イントラ未定		
14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(90分) 横田		14:00～15:00 スタンダード90 (90分) イントラ未定	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分) 倉沢	14:00～15:00 リンパドレナージュ (90分) 倉持		
			15:45～16:45 スタンダード90 (90分) イントラ未定	15:45～17:45 108回太陽礼拝 倉沢		
			17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (90分) 倉沢			
			19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 (90分) 倉沢			
17:30～18:40 ディープブレスヨガ (70分) 倉沢	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(90分) 倉沢	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (90分) 倉沢				
19:15～20:15 SUMOYOGA 四股コアエクサ (90分) 倉沢	19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 (90分) 倉沢	19:15～20:15 スタンダード90 (90分) 倉持				
20:50～21:50 リンパドレナージュ (90分) 倉持	20:50～21:50 スタンダード90 (90分) 倉持	20:50～21:35 ピラティス フットキャンプ (45分) 倉沢				

【お問い合わせセンター】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)