

苦小牧店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年11月18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
10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 大石	定休日	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 瀬口	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 瀬口		10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 大石	10:30～11:30 ダイエットヨガ (80分) 大石	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 瀬口
12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 清都		12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 日野	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 清都		12:15～13:15 エアロピヨガ (80分) 日野	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 瀬口	12:15～13:45 アドベンス90 (会員様限定)(80分) 日野
14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 清都		14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 瀬口	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 瀬口		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 日野	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 日野	14:30～15:30 アロマリラクソヨガ DEEP FOREST (80分) 日野
15:45～16:45 ダイエットヨガ (80分) 大石						15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 大石	16:15～17:15 スリムアッププレス (80分) 瀬口
						17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 日野	
			17:30～18:30 アロマリラクソヨガ HERBAL RELAX (80分) 日野		17:30～18:30 スリムアッププレス (80分) 瀬口	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 瀬口	
			19:15～20:15 ダイエットヨガ (80分) 大石	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ (80分) 瀬口	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 大石	19:15～20:15 スリムアッププレス (80分) 瀬口	
			21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 日野	21:00～22:00 ダイエットヨガ (80分) 大石	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 瀬口	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 大石	

苦小牧店【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	10:30～11:30 ダイエットヨガ (80分) 大石	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 瀬口		10:30～11:30 スリムアッププレス (80分) 瀬口	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 大石	10:30～11:30 フェスタ特別レッスン 日野	定休日
	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 瀬口	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 清都		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 瀬口	12:15～13:15 スリムアッププレス (80分) 瀬口	12:15～13:15 小顔リフトピラティス (80分) 清都	
	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 大石			14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 清都	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 瀬口	14:00～15:00 フェスタ特別レッスン 瀬口	
					15:45～16:45 ホットピラティス (80分) 日野	15:45～17:15 フェスタ特別WS 大石	
					17:30～18:15 ピラティス ブレイクキャンプ (45分) 日野		
	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 清都	17:30～18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 清都	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 大石	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 清都			
	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 大石	19:15～20:00 BEAT CORE HIT (45分) 清都	19:15～20:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 清都	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 瀬口			
	21:00～22:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 清都	20:45～21:45 スタンダード80 (80分) 大石	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分) 清都	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 日野			

- ◆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



苦小牧店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年11月18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 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 清都	10:30～11:30 スタンダード80(80分) 大石		10:30～11:15 BEAT CORE HIT(45分) 清都	10:30～11:30 ホットピラティス(80分) 堀口	10:30～11:30 子宮温活ヨガ(80分) 日野	定休日	10:30～11:30 小顔リフトピラティス(80分) 清都
12:15～13:15 スタンダード80(80分) 大石	12:15～13:00 BEAT CORE HIT(45分) 清都		12:00～13:00 ホットピラティス(80分) 堀口	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 清都	12:15～13:15 スタンダード80(80分) 堀口		12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ(会員様限定)(80分) 日野
14:00～15:00 ダイエットヨガ(80分) 大石	13:45～14:45 小顔リフトピラティス(80分) 清都		13:45～14:45 小顔リフトピラティス(80分) 清都	14:00～15:00 スタンダード80(80分) 大石	14:00～15:00 もも尻ヨガティス(80分) 日野		14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 清都
				15:45～16:45 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ(80分) 清都	15:45～16:45 スリムアッププレス(80分) 堀口		
				17:30～18:30 ダイエットヨガ(80分) 大石			
17:00～18:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 日野		17:30～18:30 子宮温活ヨガ(80分) 日野	17:30～18:30 スタンダード80(80分) 大石				17:30～18:30 スタンダード80(80分) 大石
18:45～19:45 リンパデトックスヨガ(80分) 堀口	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ(会員様限定)(80分) 日野	19:15～20:15 背中美人ヨガ(80分) 日野	19:15～20:15 子宮温活ヨガ(80分) 日野				19:15～20:15 子宮温活ヨガ(80分) 日野
20:30～22:00 アドバンス90(会員様限定)(90分) 日野	21:00～22:00 背骨矯正ヨガ(80分) 堀口	21:00～22:00 スタンダード80(80分) 大石	21:00～22:00 オトナのためのオールインワンヨガ(80分) 日野				21:00～22:00 ダイエットヨガ(80分) 大石

苦小牧店【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
10:30～12:00 アドバンス90(会員様限定)(90分) 日野		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 日野	10:30～11:30 ダイエットヨガ(80分) 大石	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 清都	年末年始休業	年末年始休業
12:45～13:45 小顔リフトピラティス(80分) 清都		12:15～13:15 ダイエットヨガ(80分) 大石	12:15～13:15 スタンダード80(80分) 大石	12:15～13:15 小顔リフトピラティス(80分) 清都		
		14:00～15:00 スタンダード80(80分) 大石	14:00～15:00 小顔リフトピラティス(80分) 清都	14:00～15:00 スタンダード80(80分) 大石		
			15:45～16:30 BEAT CORE HIT(45分) 清都	15:45～17:45 108回太極礼拝(120分) 日野		
			17:15～18:15 スタンダード80(80分) 大石			
17:30～18:30 痩せる身体をつくるダイエットヨガ(45分) 清都	17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0(45分) 日野	17:30～18:30 子宮温活ヨガ(80分) 日野				
19:15～20:15 スタンダード80(80分) 大石	19:00～20:00 小顔リフトピラティス(80分) 清都	19:15～20:15 痩せる身体をつくるダイエットヨガ(80分) 清都				
21:00～21:45 BEAT CORE HIT(45分) 清都	20:45～21:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 日野	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ(会員様限定)(80分) 日野				

【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)