

函館店【6月1日～6月8日スケジュール】

2024年 5月 29日更新

	6月 1日(土)	6月 2日(日)	6月 3日(月)	6月 4日(火)	6月 5日(水)	6月 6日(木)	6月 7日(金)	6月 8日(土)
9:00			定 休 日					
10:00								
11:00	10:30～11:30 全身とこのう 寝たまんまヨガ 佐藤	10:30～11:30 もも原ヨガティス 笹井		10:30～11:30 ポールでゆがみとりヨガ 佐藤	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 朝長	10:30～11:30 青中美人ヨガ 佐藤	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 笹井	10:30～11:30 スタンダード60 米谷
12:00	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 笹井	12:15～13:15 スタンダード60 米谷		12:00～13:00 オトナのための オールインワンヨガ 笹井	12:00～13:00 エアロビヨガ 笹井	12:00～13:00 スタンダード60 朝長	12:00～13:00 もも原ヨガティス 笹井	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 米谷	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 笹井		13:30～14:30 ヨガピラティス 佐藤	13:30～14:30 スタンダード60 朝長	13:30～14:30 アロマリラクソロジー DEEP FOREST 佐藤	13:30～14:30 スタンダード60 米谷	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤
15:00						15:00～16:00 リンパデトックスヨガ 朝長	15:00～16:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	
16:00	15:45～16:45 はじめての「ハーブ」 (会員様限定)佐藤	15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 笹井						15:45～16:45 スタンダード60 朝長
17:00								
18:00	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 笹井			18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 朝長	18:00～19:00 アロマリラクソロジー FRUITY DIET 笹井	18:00～19:00 ココロカラダリセットヨガ 笹井	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 鈴木	17:30～18:30 アロマリラクソロジー HERBAL RELAX 佐藤
19:00	19:00～20:00 スタンダード60 米谷							19:00～20:00 リンパデトックスヨガ 朝長
20:00				19:30～20:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)笹井	19:30～20:30 スタンダード60 米谷	19:30～20:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 鈴木	19:30～20:30 免疫セラピーヨガ 佐藤	
21:00				21:00～22:00 スタンダード60 朝長	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 笹井	21:00～22:00 スタンダード60 米谷	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤	
22:00								

函館店【6月9日～6月15日スケジュール】

	6月 9日(日)	6月 10日(月)	6月 11日(火)	6月 12日(水)	6月 13日(木)	6月 14日(金)	6月 15日(土)		
9:00	研 修	定 休 日							
10:00									
11:00			10:30～11:30 全身とこのう 寝たまんまヨガ 佐藤	10:30～11:30 スタンダード60 朝長	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	10:30～11:30 アロマリラクソロジー DEEP FOREST 佐藤			
12:00			12:00～13:00 スタンダード60 米谷	12:00～13:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木	12:00～13:00 スタンダード60 米谷	12:15～13:15 エアロビヨガ 笹井			
13:00									
14:00			13:30～14:30 はじめての「ハーブ」 (会員様限定)佐藤	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 朝長	13:30～14:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 鈴木	14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 佐藤			
15:00					15:00～16:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木				
16:00							15:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)笹井		
17:00									
18:00					18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 朝長	18:00～19:00 美ボディフロー ピラティス 笹井	18:00～19:00 青中美人ヨガ 佐藤	17:30～18:30 ポールでゆがみとりヨガ 佐藤	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 朝長
19:00								19:00～20:00 スタンダード60 米谷	19:00～20:00 スタンダード60 米谷
20:00					19:30～20:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 朝長	19:30～20:30 アロマリラクソロジー FRUITY DIET 笹井		
21:00					21:00～22:00 スタンダード60 朝長	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 笹井	21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 佐藤	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 佐藤	
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の開始の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♪



函館店【6月16日～6月23日スケジュール】

	6月 16日(日)	6月 17日(月)	6月 18日(火)	6月 19日(水)	6月 20日(木)	6月 21日(金)	6月 22日(土)	6月 23日(日)
9:00		定 休 日						
10:00	10:30～11:30 スタンダード60 米谷		10:30～11:30 ホットピラティス 佐藤	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 笹井	10:30～11:30 スタンダード60 米谷	10:30～11:30 はじめてのハーヨガ (会員様限定)佐藤	10:30～11:30 リンパドックスヨガ 米谷	10:30～11:30 スタンダード60 滝利
11:00								
12:00	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 佐藤		12:00～13:00 オトナのための オールインワンヨガ 笹井	12:00～13:00 スタンダード60 米谷	12:00～13:00 スリムアッププレス 笹井	12:00～13:00 スタンダード60 滝利	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 佐藤
13:00								
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐藤		13:30～14:30 背中美人ヨガ 佐藤	13:30～14:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)笹井	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 笹井	13:30～14:30 腸活ヨガ ver.2 佐藤	14:00～15:00 スタンダード60 米谷	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 笹井
15:00			15:00～16:00 スタンダード60 米谷			15:00～16:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利		
16:00	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤						15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 佐藤
17:00								
18:00			18:00～18:45 BEAT CORE HIIT 笹井	18:00～19:00 スタンダード60 滝利	18:00～19:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	18:00～19:00 スリムアッププレス 笹井	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 笹井	
19:00							19:00～20:00 もも尻ヨガティス 笹井	
20:00			19:30～20:30 スタンダード60 滝利	19:30～20:30 リンパドックスヨガ 朝長	19:30～20:30 背中美人ヨガ 佐藤	19:30～20:30 リンパドックスヨガ 米谷		
21:00			21:00～22:00 リンパドックスヨガ 朝長	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 佐藤	21:00～22:00 エアロビヨガ 笹井		
22:00								

函館店【6月24日～6月30日スケジュール】

	6月 24日(月)	6月 25日(火)	6月 26日(水)	6月 27日(木)	6月 28日(金)	6月 29日(土)	6月 30日(日)
9:00					9:15～10:15 特別レッスン※有料 岩村		
10:00		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 佐藤	10:30～11:30 スタンダード60 滝利	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 佐藤	10:30～11:30 スタンダード60 朝長	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	10:30～11:30 リンパドックスヨガ 朝長
11:00							
12:00	12:00～13:00 スタンダード60 滝利	12:00～13:00 オトナのための オールインワンヨガ 笹井	12:00～13:00 もも尻ヨガティス 笹井	12:00～13:00 リンパドックスヨガ 米谷	12:00～13:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	12:15～13:15 エアロビヨガ 笹井	
13:00							
14:00	13:30～14:30 エアロビヨガ 笹井	13:30～14:30 Sound Feel Yoga ver.2 笹井	13:30～14:30 スタンダード60 米谷	13:30～14:30 ダイエットヨガ 佐藤	13:30～15:00 アドバンス90 (会員様限定) 佐藤	14:00～15:00 スタンダード60 滝利	
15:00	15:00～16:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利		15:00～16:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 佐藤			15:30～16:30 スタンダード60 滝利	15:45～16:45 もも尻ヨガティス 笹井
16:00							
17:00						17:00～18:00 リンパドックスヨガ 朝長	
18:00	18:00～19:00 スタンダード60 朝長	18:00～19:00 リンパドックスヨガ 米谷	18:00～18:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 笹井	18:00～19:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	18:30～19:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 笹井		
19:00							
20:00	19:30～20:30 リンパドックスヨガ 米谷	19:30～20:30 美ボディフロー ピラティス 佐藤	19:30～20:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	19:30～20:30 腸活ヨガ ver.2 佐藤			
21:00	21:00～22:00 スリムアッププレス 笹井	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	21:00～22:00 リンパドックスヨガ 米谷	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 笹井			
22:00							