

函館店【8月1日～8月8日スケジュール】

2024年7月16日更新

	8月1日(木)	8月2日(金)	8月3日(土)	8月4日(日)	8月5日(月)	8月6日(火)	8月7日(水)	8月8日(木)	
9:00					定 休 日				
10:00									
10:30～11:30	スタンダード60 米谷	リンパデトックスヨガ 朝長	リンパデトックスヨガ 米谷	スタンダード60 滝利			10:30～11:30 はじめての「ハーヨガ」 (会員様限定)佐藤	10:30～11:30 スタンダード60 滝利	10:30～11:30 ダイエットヨガ 朝長
11:00									
12:00	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 笹井	12:00～13:00 スタンダード60 米谷	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 笹井	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤			12:00～13:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	12:00～12:45 ピラティススポーツキャンプ 笹井	12:00～13:00 骨盤矯正ヨガ 笹井
13:00									
13:30～14:30	リンパデトックスヨガ 米谷	13:30～14:30 ダイエットヨガ 朝長					13:30～14:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	13:30～14:30 オトナのための オールインワンヨガ 笹井	13:30～14:30 もも尻ヨガティス 笹井
14:00			14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 笹井	14:00～16:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利					
15:00	15:00～16:00 もも尻ヨガティス 笹井	15:00～16:00 骨盤矯正ヨガ 笹井					15:00～16:00 スタンダード60 滝利		15:00～16:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 笹井
16:00			15:45～16:45 ダイエットヨガ 朝長	15:45～16:45 ポールでゆがみとりヨガ 佐藤					
17:00									
18:00	18:00～18:45 ピラティススポーツキャンプ 笹井	18:00～19:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 笹井				18:00～19:00 ダイエットヨガ 朝長	18:00～19:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 米谷
19:00			19:00～20:00 スタンダード60 朝長						
20:00	19:30～20:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 笹井					19:30～20:30 エアロビヨガ 笹井	19:30～20:30 スタンダード60 朝長	19:30～20:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利
21:00	21:00～22:00 ダイエットヨガ 朝長	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 笹井				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 朝長	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 佐藤	21:00～22:00 スタンダード60 米谷	
22:00									

函館店【8月9日～8月15日スケジュール】

	8月9日(金)	8月10日(土)	8月11日(日)	8月12日(月)	8月13日(火)	8月14日(水)	8月15日(木)	
9:00				定 休 日				
10:00								
10:30～11:30	ココロカラダリセットヨガ 佐藤	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 佐藤	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 朝長			10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 米谷	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	10:30～11:30 スタンダード60 米谷
11:00								
12:00	12:00～13:00 ダイエットヨガ 朝長	12:30～13:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	12:15～13:00 ピラティススポーツキャンプ 笹井			12:00～12:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 笹井	12:00～13:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	12:00～13:00 腸活ヨガ ver.2 佐藤
13:00								
13:30～14:30	はじめての「ハーヨガ」 (会員様限定)佐藤	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 笹井	14:00～15:00 スタンダード60 米谷			13:30～14:30 オトナのための オールインワンヨガ 笹井	13:30～14:30 美ボディフロー ピラティス 佐藤	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 米谷
14:00								
15:00	15:00～16:00 リンパデトックスヨガ 朝長	15:30～16:30 ポールでゆがみとりヨガ 佐藤	15:45～16:45 ダイエットヨガ 朝長			16:00～16:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 佐藤	16:00～16:00 スタンダード60 滝利	16:00～16:00 背中美人ヨガ 佐藤
16:00								
17:00		17:00～18:00 スタンダード60 朝長						
18:00	18:00～19:00 スタンダード60 滝利	18:30～19:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 笹井				18:00～19:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	18:00～19:00 ダイエットヨガ 朝長	18:00～19:00 スタンダード60 朝長
19:00								
20:00	19:30～20:30 もも尻ヨガティス 笹井					19:30～20:30 スタンダード60 滝利	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 米谷	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 笹井
21:00	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利				21:00～22:00 背中美人ヨガ 佐藤	18:00～19:00 スタンダード60 朝長	21:00～21:45 ピラティススポーツキャンプ 笹井	
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が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▶



