

苦小牧店【9月1日～9月8日スケジュール】

2024年 8月 16日更新

	9月1日(日)	9月2日(月)	9月3日(火)	9月4日(水)	9月5日(木)	9月6日(金)	9月7日(土)	9月8日(日)	
9:00		定 休 日							
10:00									
11:00	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 清都			10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 堀口	10:30～11:30 スタンダード60 堀口		10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 日野	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 清都	10:30～11:30 スタンダード60 大石
12:00									
12:00	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 堀口			12:15～13:15 スタンダード60 堀口	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 堀口		12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 清都	12:00～13:00 スタンダード60 堀口	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 清都
13:00									
14:00	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 清都			14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 清都	14:00～16:00 スタンダード60 大石		14:00～16:00 オトナのための オールインワンヨガ 日野	13:45～14:45 リンパデトックスヨガ 堀口	14:00～16:00 スタンダード60 大石
15:00									
16:00	15:30～16:30 スタンダード60 堀口							15:30～16:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 清都	15:45～16:45 ボールでゆがみヨガ 清都
17:00									
18:00				17:30～18:30 スタンダード60 大石		17:30～18:30 スタンダード60 大石	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 日野	17:15～18:15 スタンダード60 堀口	
19:00				19:15:20:15 もも原ヨガティス 日野	19:15:20:15 ボールでゆがみヨガ 清都	19:15:20:00 ピラティスブートキャンプ 日野	19:15:20:15 リンパデトックスヨガ 堀口		
20:00									
21:00				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 日野	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 清都	20:45～21:45 リンパデトックスヨガ 堀口	21:00～22:00 スタンダード60 大石		
22:00									

苦小牧店【9月9日～9月15日スケジュール】

	9月9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)	9月15日(日)
9:00							
10:00		10:30～11:30 スタンダード60 大石	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 日野		10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 清都	10:30～11:30 スタンダード60 大石	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 日野
11:00							
12:00		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 堀口			12:00～13:00 スタンダード60 大石	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 日野	12:00～13:00 スタンダード60 大石
13:00			12:45～13:45 スタンダード60 大石				
14:00		14:00～15:00 背中美人ヨガ 日野			13:45～14:45 ボールでゆがみヨガ 清都	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 日野	13:45～14:45 リンパデトックスヨガ 堀口
15:00							
16:00						16:45～16:45 リンパデトックスヨガ 堀口	16:30～16:30 全身とどのう 寝たまんまヨガ 日野
17:00		17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 日野	17:30～18:30 スタンダード60 堀口	17:30～18:30 ボールでゆがみヨガ 清都	17:30～18:30 背中美人ヨガ 日野	17:30～18:15 ピラティスブートキャンプ 日野	
18:00							
19:00		19:15:20:15 スタンダード60 堀口	19:15:20:00 BEAT CORE HIIT 清都	19:15:20:15 スタンダード60 堀口	19:15:20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 日野		
20:00							
21:00	21:00～22:00 エアロピヨガ 日野	20:45～21:45 リンパデトックスヨガ 堀口	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 清都	21:00～22:00 スタンダード60 大石			
22:00							

定
休
日

【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▶



苦小牧店【9月16日～9月22日スケジュール】

	9月16日(月)	9月17日(火)	9月18日(水)	9月19日(木)	9月20日(金)	9月21日(土)	9月22日(日)
9:00							
10:00		10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 日野	10:30～11:30 スタンダード60 堀口		10:30～11:30 スタンダード60 大石	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 清都	10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)日野
11:00							
12:00		12:15～13:15 スタンダード60 堀口	12:15～13:15 ホットピラティス 日野		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 堀口	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 日野	12:15～13:15 スタンダード60 大石
13:00							
14:00		14:00～14:45 ピラティスブートキャンプ 日野	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 堀口		14:00～15:00 もも尻ヨガティス 日野	14:30～15:30 ボールでゆがみとりヨガ 清都	14:00～14:45 ピラティスブートキャンプ 日野
15:00							
16:00						16:15～17:15 エアロピヨガ 日野	15:30～16:30 スタンダード60 大石
17:00							
18:00		17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 清都		17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 清都	17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 清都	18:00～19:00 スタンダード60 大石	
19:00		19:15～20:15 スタンダード60 大石	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 清都	19:00～20:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 日野	19:15～20:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)日野		
20:00							
21:00		21:00～22:00 ボールでゆがみとりヨガ 清都	20:45～21:45 スタンダード60 大石	20:45～21:45 骨盤矯正ヨガ 堀口	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 清都		
22:00							

定休日

苦小牧店【9月23日～9月30日スケジュール】

	9月23日(月)	9月24日(火)	9月25日(水)	9月26日(木)	9月27日(金)	9月28日(土)	9月29日(日)	9月30日(月)
9:00								
10:00		10:30～11:30 スタンダード60 大石	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 清都		10:30～11:30 エアロピヨガ 日野	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 日野	10:30～11:30 スタンダード60 堀口	
11:00								
12:00		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 清都	12:15～13:15 スタンダード60 大石		12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 清都	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 清都	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 清都	
13:00								
14:00		14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 清都			14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 日野	14:00～15:00 背中美人ヨガ 日野	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 堀口	
15:00							15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 清都	
16:00						15:45～16:45 スタンダード60 大石		
17:00								
18:00		17:30～18:30 ホットピラティス 日野	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 堀口	17:30～18:30 スタンダード60 大石	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 清都	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 堀口		
19:00		19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 堀口	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ 日野	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 清都	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 堀口			
20:00								
21:00		21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 日野	21:00～22:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)日野	20:45～21:45 骨盤矯正ヨガ 堀口	21:00～22:00 スタンダード60 大石			
22:00								

定休日

定休日