

八戸店【1月1日～1月8日スケジュール】

2024年12月16日更新

01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
水	木	金	土	日	月	火	水
年末年始休業	年末年始休業		10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 伊藤	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 関下	10:30～11:30 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (80分) 三田
			12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 三田	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 小泉		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 関下	12:15～13:15 もも尻ヨガティス (80分) 三田
		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 三田	14:00～15:00 全身ととのう寝たまんまヨガ (80分) 三田	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 伊藤		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤	
		15:45～16:45 オトナのためのオールインヨガ (80分) 三田	15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤	15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 小泉			
		17:30～18:30 美ボディフローピラティス (80分) 小泉	17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 三田				
					17:30～18:30 全身ととのう寝たまんまヨガ (80分) 三田	17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 小泉	
					19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 小泉	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 伊藤	
					21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 三田	21:00～21:45 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 小泉	

八戸店【1月9日～1月16日スケジュール】

01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16	
木	金	土	日	月	火	水	木	
	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分) 三田	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ (80分) 三田	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 伊藤	定休日	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 小泉		
	12:15～13:15 BEAT CORE HIT (45分) 関下	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 伊藤	12:00～13:30 アドベンス80 (会員様限定) (80分) 三田		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 伊藤	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 小泉		
	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ (80分) 三田	14:00～14:45 BEAT CORE HIT (45分) 三田	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤		14:00～15:00 全身ととのう寝たまんまヨガ (80分) 三田	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 伊藤		
		15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 三田	15:45～16:45 免疫セラピーヨガ (80分) 三田					
		17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤						
17:30～18:30 オトナのためのオールインヨガ (80分) 三田	17:30～18:30 美ボディフローピラティス (80分) 関下					17:30～18:30 エアロビヨガ (80分) 小泉		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 三田
19:15～20:15 もも尻ヨガティス (80分) 三田	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤					19:15～20:15 小顔リフトピラティス (80分) 三田	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 石山	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ (80分) 三田
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 三田	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 伊藤					21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 小泉	21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 石山	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 小泉

- ◆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



八戸店【1月17日～1月24日スケジュール】

2024年12月16日更新

01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 オトナのための オールインヨガ(80分) 三田	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成	定休日	10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 小泉	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 岩成		10:30～11:30 もも尻ヨガティス (80分) 三田
12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 小泉	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 三田		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 岩成	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス(80分) 小泉		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 伊藤
14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 三田	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 岩成	14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 三田		14:00～15:00 エアロビヨガ (80分) 小泉			14:00～15:00 小顔リフトピラティス (80分) 三田
	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス(80分) 小泉	15:45～16:45 子宮温活ヨガ (80分) 小泉					
	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 岩成						
17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 小泉				17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 伊藤	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 三田	17:00～18:30 アドバンス80 (会員様限定)(80分) 三田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 岩成
19:15～20:15 スリムアッププレス (80分) 小泉				19:15～20:15 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分) 三田	19:15～20:15 ココロカラダ リセットヨガ(80分) 三田	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 伊藤	19:15～20:15 エアロビヨガ (80分) 小泉
21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 岩成				21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 伊藤	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 岩成	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 小泉

八戸店【1月25日～1月31日スケジュール】

01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31	
土	日	月	火	水	木	金	
10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 岩成	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 小泉	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 伊藤	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成		10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤	
12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 小泉		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 小泉	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 伊藤		12:15～13:15 小顔リフトピラティス (80分) 三田	
14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 小泉	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 伊藤		14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 小泉			14:00～15:00 全身とどう 褒たまんまヨガ(80分) 三田	
15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 岩成	15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤						
17:30～18:30 エアロビヨガ (80分) 小泉							
				17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 三田	17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 三田	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 伊藤	17:30～18:30 スリムアッププレス (80分) 小泉
				19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岩成	19:15～20:15 もも尻ヨガティス (80分) 三田	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 三田	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 岩成
				21:00～22:00 全身とどう 褒たまんまヨガ(80分) 三田	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 小泉	21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (80分) 伊藤	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 小泉

【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)