

八戸店【1月1日～1月8日スケジュール】

2024年12月15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60 (60分) 伊藤 | 10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 伊藤 | 定休日 | 10:30～11:30 スタンダード60 (60分) 伊藤 | 10:30～11:30 ホールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分) 三田 |
| | | | 12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 三田 | 12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 小泉 | | 12:15～13:15 アロマリラククスヨガ HERBAL RELAX (60分) 小泉 | 12:15～13:15 もも尻ヨガティス (60分) 三田 |
| | | 14:00～15:00 アロマリラククスヨガ FRUITY DIET (60分) 三田 | 14:00～15:00 全身ととのう寝たまんまヨガ (60分) 三田 | 14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 伊藤 | | 14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 伊藤 | |
| | | 15:45～16:45 オトナのためのオムツヨガ (60分) 三田 | 15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (60分) 伊藤 | 15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 小泉 | | | |
| | | 17:30～18:30 美ボディフローピラティス (60分) 小泉 | 17:30～18:30 小顔リフトピラティス (60分) 三田 | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | 17:30～18:30 全身ととのう寝たまんまヨガ (60分) 三田 | 17:30～18:30 子宮温活ヨガ (60分) 小泉 | |
| | | | | | 19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 小泉 | 19:15～20:15 スタンダード60 (60分) 伊藤 | |
| | | | | | 21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 三田 | 21:00～21:45 Beat 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 (60分) 三田 | 10:30～11:30 美姿勢アンチエイジングヨガ (60分) 小泉 | 10:30～11:30 スタンダード60 (60分) 伊藤 | 定休日 | 10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 伊藤 | 10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 小泉 | | |
| | 12:15～13:15 エアロビヨガ (60分) 小泉 | 12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 伊藤 | 12:00～13:30 アドバンス90 (会員様限定) (90分) 三田 | | 12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 伊藤 | 12:15～13:15 子宮温活ヨガ (60分) 小泉 | | |
| | 14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ (60分) 三田 | 14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 小泉 | 14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 伊藤 | | 14:00～15:00 全身ととのう寝たまんまヨガ (60分) 三田 | 14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 伊藤 | | |
| | | 15:45～16:45 アロマリラククスヨガ FRUITY DIET (60分) 小泉 | 15:45～16:45 免疫セラピーヨガ (60分) 三田 | | | | | |
| | | 17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 伊藤 | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 17:30～18:30 オトナのためのオムツヨガ (60分) 三田 | 17:30～18:30 美ボディフローピラティス (60分) 小泉 | | | | | 17:30～18:30 エアロビヨガ (60分) 小泉 | | 17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 三田 |
| 19:15～20:15 もも尻ヨガティス (60分) 三田 | 19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分) 伊藤 | | | | | 19:15～20:15 小顔リフトピラティス (60分) 三田 | 19:15～20:15 アロマリラククスヨガ HERBAL RELAX (60分) 石山 | 19:15～20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 三田 |
| 21:00～22:00 アロマリラククスヨガ DEEP FOREST (60分) 小泉 | 21:00～22:00 スタンダード60 (60分) 伊藤 | | | | | 21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分) 小泉 | 21:00～22:00 ホットピラティス (60分) 石山 | 21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60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



八戸店【1月17日～1月24日スケジュール】

2024年12月15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 ホムカヨガ (60分) 三田 | 10:30~11:30 お腹引き締めヨガ (60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 (60分) 小泉 | 10:30~11:30 スタンダード60 (60分) 岩成 | | 10:30~11:30 もも尻ヨガティス (60分) 三田 |
| 12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 伊藤 | 12:15~13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 小泉 | 12:15~13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 三田 | | 12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 岩成 | 12:15~13:15 美ボディフロー ピラティス (60分) 小泉 | | 12:15~13:15 スタンダード60 (60分) 伊藤 |
| 14:00~15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) 三田 | 14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 岩成 | 14:00~15:00 ホットピラティス (60分) 三田 | | 14:00~15:00 エアロビヨガ (60分) 小泉 | | | 14:00~15:00 小顔リフトピラティス (60分) 三田 |
| | 15:45~16:45 美ボディフロー ピラティス (60分) 小泉 | 15:45~16:45 子宮温活ヨガ (60分) 小泉 | | | | | |
| | 17:30~18:30 スタンダード60 (60分) 岩成 | | | | | | |
| 17:30~18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 小泉 | | | | 17:30~18:30 スタンダード60 (60分) 伊藤 | 17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 三田 | 17:00~18:30 アドバンス90 (会員様限定) (90分) 三田 | 17:30~18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 岩成 |
| 19:15~20:15 スリムアッププレス (60分) 小泉 | | | | 19:15~20:15 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 三田 | 19:15~20:15 ココロカラダ リセットヨガ (60分) 三田 | 19:15~20:15 スタンダード60 (60分) 伊藤 | 19:15~20:15 エアロビヨガ (60分) 小泉 |
| 21:00~22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 岩成 | | | | 21:00~22:00 お腹引き締めヨガ (60分) 伊藤 | 21:00~22:00 スタンダード60 (60分) 伊藤 | 21:00~22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 岩成 | 21:00~22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60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 (60分) 岩成 | 10:30~11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 小泉 | 定 休 日 | 10:30~11:30 スタンダード60 (60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 (60分) 伊藤 | |
| 12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 伊藤 | 12:15~13:15 子宮温活ヨガ (60分) 小泉 | | 12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 小泉 | 12:15~13:15 スタンダード60 (60分) 伊藤 | | 12:15~13:15 小顔リフトピラティス (60分) 三田 | |
| 14:00~15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 小泉 | 14:00~15:00 スタンダード60 (60分) 伊藤 | | 14:00~15:00 ホットピラティス (60分) 小泉 | | | 14:00~15:00 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) 三田 | |
| 15:45~16:45 スタンダード60 (60分) 岩成 | 15:45~16:45 お腹引き締めヨガ (60分) 伊藤 | | | | | | |
| 17:30~18:30 エアロビヨガ (60分) 小泉 | | | | | | | |
| | | | | 17:30~18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 三田 | 17:30~18:30 小顔リフトピラティス (60分) 三田 | 17:30~18:30 スタンダード60 (60分) 伊藤 | 17:30~18:30 スリムアッププレス (60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 (60分) 三田 | 19:15~20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 三田 | 19:15~20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 岩成 |
| | | | | 21:00~22:00 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) 三田 | 21:00~22:00 子宮温活ヨガ (60分) 小泉 | 21:00~22:00 お腹引き締めヨガ (60分) 伊藤 | 21:00~22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 小泉 |

【お問い合わせセンター】 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)