

苦小牧店【2月1日～2月8日スケジュール】

2025年1月16日更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30～11:15 BEAT CORE HIIT (45分)	10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	定休日	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT (45分)	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (60分)		10:30～11:30 ダイエットヨガ (60分)	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (60分)	
清都	瀬上		清都	清都		大石	大石	
12:00～13:00 花粉症スッキリヨガ (60分)	12:15～13:15 ダイエットヨガ (60分)		12:00～13:00 肩コリラックスヨガ (60分)	12:15～13:15 ダイエットヨガ (60分)		12:15～13:15 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分)	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	
清都	大石		大石	大石		清都	日野	
13:45～14:45 スタンダード80 (60分)	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分)		13:45～14:45 スタンダード80 (60分)	14:00～15:00 スタンダード80 (60分)		14:00～15:00 スタンダード80 (60分)	14:00～15:00 ダイエットヨガ (60分)	
瀬上	大石		大石	大石		大石	大石	
15:30～16:30 ダイエットヨガ (60分)	15:45～16:30 BEAT CORE HIIT (45分)						15:45～16:45 エアロビヨガ (60分)	
大石	清都						日野	
17:15～18:45 アドバンス90 (会員様限定) (90分)							17:30～18:30 スタンダード80 (60分)	
日野							瀬上	
				17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	17:30～18:30 もも尻ヨガティス (60分)	17:30～18:30 スタンダード80 (60分)	17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)	
				日野	日野	瀬上	日野	
				19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード80 (60分)	19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード80 (60分)	
				日野	瀬上	清都	瀬上	
			21:00～22:00 スタンダード80 (60分)	21:00～22:00 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		
			瀬上	日野	清都	日野		

苦小牧店【2月9日～2月16日スケジュール】

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	10:30～11:30 ホットピラティス (60分)	10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	
清都		瀬上	日野		日野	日野	瀬上	
12:15～13:15 スタンダード80 (60分)		12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分)	12:15～13:15 オトナのためのオールドイングヨガ (60分)	12:15～13:15		12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分)	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (60分)
瀬上		日野	日野			日野	大石	日野
14:00～15:00 花粉症スッキリヨガ (60分)		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分)	14:00～15:00 スタンダード80 (60分)	14:00～15:00		14:00～15:00 ダイエットヨガ (60分)	14:00～14:45 ピラティス ブートキャンプ (45分)	14:00～15:00 スタンダード80 (60分)
清都		大石	瀬上			日野	日野	瀬上
15:45～16:45 スタンダード80 (60分)		15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	15:45～16:45				15:30～16:30 スタンダード80 (60分)	15:45～16:45 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)
瀬上		日野	日野				瀬上	日野
			17:30～18:15 BEAT CORE HIIT (45分)				17:15～18:15 ダイエットヨガ (60分)	
			清都				大石	
					17:30～18:30 小顔リフトピラティス (60分)	17:30～18:30 スタンダード80 (60分)		
					清都	瀬上		
				19:15～20:15 産せる身体をつくるダイエットヨガ (60分)	19:15～20:15 スタンダード80 (60分)	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT (45分)		
				清都	瀬上	清都		
			21:00～22:00 スタンダード80 (60分)	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	20:45～21:45 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (60分)			
			大石	清都	清都			

- ◆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



苦小牧店【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年1月18日更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24	
月	火	水	木	金	土	日	月	
定休日	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (60分) 清都	10:30～11:30 スタンダード80 (60分) 瀬上		10:30～11:30 ダイエットヨガ (60分) 大石	10:30～11:30 スタンダード80 (60分) 大石	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 清都		
	12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 日野	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 清都		12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分) 清都	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 大石	12:15～13:15 スタンダード80 (60分) 瀬上		
	13:45～14:45 花粉症スッキリヨガ (60分) 清都			14:00～15:00 スタンダード80 (60分) 大石	14:00～15:00 ダイエットヨガ (60分) 大石	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 瀬上		
					15:45～16:45 花粉症スッキリヨガ (60分) 清都	15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 清都		
					17:30～18:30 スタンダード80 (60分) 瀬上			定休日
	17:30～18:30 ホットピラティス (60分) 日野	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (60分) 大石	17:30～18:30 スタンダード80 (60分) 大石	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 清都				
	19:15～20:15 スタンダード80 (60分) 大石	19:15～20:15 ダイエットヨガ (60分) 大石	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 瀬上	19:15～20:15 スタンダード80 (60分) 瀬上				
	21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (60分) 日野	21:00～22:00 スタンダード80 (60分) 瀬上	21:00～22:00 ダイエットヨガ (60分) 大石	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 瀬上				

苦小牧店【2月25日～2月28日スケジュール】

02/25	02/26	02/27	02/28
火	水	木	金
10:30～11:30 スタンダード80 (60分) 瀬上	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 瀬上		10:30～11:30 小顔リフトピラティス (60分) 清都
12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 清都	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 日野		12:15～13:15 スタンダード80 (60分) 瀬上
14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 瀬上	14:00～15:00 エアロビヨガ (60分) 日野		14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 清都
		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 日野	17:30～18:15 ピラティス フートキヤング (45分) 日野
18:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (60分) 清都	19:15～20:15 スタンダード80 (60分) 大石	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 日野	19:00～20:00 スタンダード80 (60分) 大石
21:00～22:00 オトナのための オールインヨガ (60分) 日野	21:00～22:00 小顔リフトピラティス (60分) 清都	21:00～22:00 ダイエットヨガ (60分) 大石	20:45～21:45 肩コリラックスヨガ (60分) 大石

【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)