

金沢店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年11月21日更新

| 12/01 | 12/02 | 12/03 | 12/04 | 12/05 | 12/06 | 12/07 | 12/08 | |
|---|-------|--|---|--|--|--|--|--|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | |
| 10:30～11:30 もも原ヨガティス (90分) 高橋 | 定休日 | 10:30～11:30 肩こりリラックスヨガ (90分) 桂川 | 10:30～12:00 EYパワーズヨガ (会員様限定) (90分) 奥村 | | 10:30～11:30 子宮温活ヨガ (90分) 奥村 | 10:30～11:30 スタンダード90 (90分) 浜崎 | 10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (90分) 桂川 | |
| 12:15～13:15 肩こりリラックスヨガ (90分) 桂川 | | 12:15～13:15 スタンダード90 (90分) 浜崎 | 12:45～13:45 リンパデトックスヨガ (90分) 桂川 | | 12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (90分) 奥村 | 12:15～13:15 背中美人ヨガ (90分) 桂川 | 12:15～13:15 スタンダード90 (90分) 浜崎 | |
| 14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (90分) 高橋 | | 14:00～15:00 背中美人ヨガ (90分) 桂川 | 14:00～15:00 背中美人ヨガ (90分) 桂川 | 14:30～15:15 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 桂川 | | 14:00～15:00 ホットピラティス (90分) 高橋 | 14:00～15:00 肩こりリラックスヨガ (90分) 桂川 | 14:00～14:45 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 桂川 |
| 15:45～16:45 背中美人ヨガ (90分) 桂川 | | | | | | | 15:45～16:45 子宮温活ヨガ (90分) 近江 | 15:45～16:45 スタンダード90 (90分) 浜崎 |
| | | | | | | | 17:30～18:30 スタンダード90 (90分) 浜崎 | |
| | | | 17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (90分) 高橋 | | 17:30～18:30 スタンダード90 (90分) 桂川 | 17:30～18:30 肩こりリラックスヨガ (90分) 桂川 | | |
| | | | 19:15～20:15 エアロビヨガ (90分) 奥村 | 19:15～20:15 スタンダード90 (90分) 浜崎 | 19:15～20:15 はじめてのパワーズヨガ (会員様限定) (90分) 奥村 | 19:15～20:15 スタンダード90 (90分) 浜崎 | | |
| | | | 21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 (90分) 高橋 | 21:00～22:00 もも原ヨガティス (90分) 高橋 | 21:00～22:00 子宮温活ヨガ (90分) 奥村 | 21:00～21:45 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 桂川 | | |

金沢店【12月9日～12月16日スケジュール】

| 12/09 | 12/10 | 12/11 | 12/12 | 12/13 | 12/14 | 12/15 | 12/16 |
|-------|---|---|--|---|--|--|-------|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 |
| 定休日 | 10:30～11:30 スタンダード90 (90分) 浜崎 | 10:30～11:30 背中美人ヨガ (90分) 桂川 | | 10:30～11:30 ホットピラティス (90分) 高橋 | 10:30～11:30 フェスタ特別レッスン② 奥村 | 10:30～11:30 スタンダード90 (90分) 浜崎 | 定休日 |
| | 12:15～13:00 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 桂川 | 12:15～13:15 スタンダード90 (90分) 浜崎 | | 12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (90分) 奥村 | 12:15～13:15 フェスタ特別レッスン① 高橋 | 12:15～13:15 背中美人ヨガ (90分) 桂川 | |
| | 14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (90分) 浜崎 | | | 14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (90分) 奥村 | 14:00～15:30 ステップアップアサナWS 桂川 | 14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (90分) 浜崎 | |
| | | | | | 16:15～17:15 小顔リフトピラティス (90分) 高橋 | 15:45～16:30 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 桂川 | |
| | 17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (90分) 奥村 | 17:30～18:30 ホットピラティス (90分) 高橋 | 17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (90分) 浜崎 | 17:30～18:30 はじめてのパワーズヨガ (会員様限定) (90分) 奥村 | | | |
| | 19:15～20:15 肩こりリラックスヨガ (90分) 桂川 | 19:15～20:00 BEAT CORE HIT (45分) 奥村 | 19:15～20:15 スタンダード90 (90分) 浜崎 | 19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (90分) 浜崎 | | | |
| | 21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (90分) 奥村 | 21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (90分) 奥村 | 21:00～22:00 背中美人ヨガ (90分) 桂川 | 21:00～22:00 スタンダード90 (90分) 浜崎 | | | |

- ◆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



金沢店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年11月16日更新

| 12/17 | 12/18 | 12/19 | 12/20 | 12/21 | 12/22 | 12/23 | 12/24 |
|--|--|--|--|--|---|-------|--|
| 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 |
| 10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分) 高橋 | 10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 高橋 | | 10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 浜崎 | 10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 高橋 | 10:30～11:30 ダイエットヨガ (80分) 高橋 | 定休日 | 10:30～11:30 免疫セラピーヨガ (80分) 奥村 |
| 12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (80分) 桂川 | 12:15～13:15 もも尻ヨガティス (80分) 高橋 | | 12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 浜崎 | 12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (80分) 桂川 | 12:15～13:45 EX/パワーヨガ (会員様限定) (90分) 奥村 | | 12:15～13:00 奥村 |
| 14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 高橋 | 14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 奥村 | | 14:00～15:00 エアロピヨガ (80分) 奥村 | 14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 浜崎 | 14:30～15:30 小顔リフトピラティス (80分) 高橋 | | 14:00～15:00 奥村 |
| | | | | 15:45～16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 桂川 | 16:15～17:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 奥村 | | 14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 浜崎 |
| | | | | 17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 高橋 | | | 17:30～18:30 奥村 |
| 17:00～18:00 リンパデトックスヨガ (80分) 浜崎 | 17:00～18:30 特別レッスン 奥村 | 17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 桂川 | 17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 高橋 | | | | 17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 桂川 |
| 18:45～20:15 EX/パワーヨガ (会員様限定) (90分) 奥村 | 19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 浜崎 | 19:15～20:15 ダイエットヨガ (80分) 高橋 | 19:15～20:15 小顔リフトピラティス (80分) 高橋 | | | | 19:15～20:15 もも尻ヨガティス (80分) 高橋 |
| 21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 奥村 | 21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 桂川 | 21:00～22:00 免疫セラピーヨガ (80分) 奥村 | 21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分) 桂川 | | | | 21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 高橋 |

金沢店【12月25日～12月31日スケジュール】

| 12/25 | 12/26 | 12/27 | 12/28 | 12/29 | 12/30 | 12/31 |
|--|---|--|--|--|--------|--------|
| 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 |
| 10:30～12:00 アドベンス90 (会員様限定) (90分) 高橋 | | 10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 高橋 | 10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 高橋 | 10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 浜崎 | 年末年始休業 | 年末年始休業 |
| 12:45～13:45 リンパデトックスヨガ (80分) 桂川 | | 12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 浜崎 | 12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 浜崎 | 12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 浜崎 | | |
| | | 14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分) 高橋 | 14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分) 桂川 | 14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 桂川 | | |
| | | | 15:45～16:45 腸活ヨガ ver.2 (80分) 高橋 | 15:30～17:30 108回太陽礼拝 (120分) 高橋 | | |
| | | | 17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 桂川 | | | |
| 17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 奥村 | 17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 奥村 | 17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 桂川 | | | | |
| 19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 浜崎 | 19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 浜崎 | 19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分) 奥村 | | | | |
| 21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 奥村 | 21:00～22:00 エアロピヨガ (80分) 奥村 | 21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 奥村 | | | | |

【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)