

前橋店【1月1日～1月8日スケジュール】

2025年1月4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 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 森	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 大河原	定休日	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 若杉	10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分) 門池
			12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス (80分) 森	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 森		12:15～13:15 ダイエツトヨガ (80分) 若杉	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 秋山
		14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 大河原	14:00～15:00 小顔リフトピラティス (80分) 門池	14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 門池		14:00～15:00 小顔リフトピラティス (80分) 門池	
		15:45～16:45 ホットピラティス (80分) 森	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 大河原	15:45～16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 森			
		17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 若杉	17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 門池	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 宮沢		17:30～18:30 ホットピラティス (80分) 森	
		19:15～20:15 ダイエツトヨガ (80分) 若杉	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 大河原	19:15～20:15 もも尻ヨガティス (80分) 森		19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 大河原	
				21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (80分) 宮沢		21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 若杉	

前橋店【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 リンパデトックスヨガ (80分) 若杉	10:30～11:30 ダイエツトヨガ (80分) 若杉	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 森	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 森	定休日	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 宮沢	10:30～11:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 森	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 秋山
12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 秋山	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 若杉	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 森	12:15～13:15 小顔リフトピラティス (80分) 門池		12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 宮沢	12:15～13:15 もも尻ヨガティス (80分) 森	12:15～13:15 腫れデビューティ ーヨガ (80分) 秋山
14:00～15:00 腫れデビューティ ーヨガ (80分) 秋山	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 大河原	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 秋山	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 森		14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 大河原	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 若杉	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 森
		15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (80分) 秋山	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 大河原				
17:00～18:00 子宮温活ヨガ (80分) 若杉	17:30～18:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 森	17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 門池			17:30～18:30 腫れデビューティ ーヨガ (80分) 秋山	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 秋山	17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 門池
18:45～20:15 EXパワーヨガ (会員様限定) (90分) 宮沢	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 森	19:15～20:15 背中美人ヨガ (80分) 門池			19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 秋山	19:15～20:15 小顔リフトピラティス (80分) 門池	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 大河原
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 宮沢	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 秋山				21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 若杉	21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 門池	21:00～22:00 小顔リフトピラティス (80分) 門池

- ◆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



前橋店【1月17日～1月24日スケジュール】

2026年1月4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 リンパデトックスヨガ (80分) 秋山	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 秋山	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分) 門池	定休日	10:30～11:30 アロマリラクゼーションヨガ DEEP FOREST (80分) 森	10:30～11:30 ホットピラティス (80分) 門池	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 大河原	10:30～11:30 美ボディフローピラティス (80分) 森	
12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 門池	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 若杉	12:15～13:00 BEAT CORE HIT (45分) 森		12:15～13:00 ピラティス ブートキャンプ (45分) 森	12:15～13:15 腫トレビューティーヨガ (80分) 秋山	12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 門池	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 大河原	12:15～13:15 BEAT CORE HIT (45分) 森
14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 門池	14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 森	14:00～15:00 オトナのためのオールインワンヨガ (80分) 森		14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 若杉	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 秋山	14:00～15:00	14:00～14:45	14:00～14:45 BEAT CORE HIT (45分) 森
	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 秋山	15:45～16:45 ダイエットヨガ (80分) 若杉						
17:30～18:30 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (80分) 筒井	17:30～18:30 もも尻ヨガティス (80分) 森			17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 門池	17:30～18:30 アロマリラクゼーションヨガ HERBAL RELAX (80分) 森	17:30～18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 森	17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 門池	17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 門池
19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 筒井	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 大河原			19:15～20:15 腫トレビューティーヨガ (80分) 秋山	19:15～20:15 美ボディフローピラティス (80分) 森	19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分) 若杉	19:15～20:15 ダイエットヨガ (80分) 若杉	19:15～20:15 ダイエットヨガ (80分) 若杉
21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 大河原				21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 門池	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 大河原	21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (80分) 秋山	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 若杉	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 若杉

前橋店【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 小顔リフトピラティス (80分) 門池	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 秋山	定休日	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 若杉	10:30～11:30 アロマリラクゼーションヨガ HERBAL RELAX (80分) 森	10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 森	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分) 門池	
12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 門池	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (80分) 佐藤		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 大河原	12:15～13:15 美ボディフローピラティス (80分) 森	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 若杉	12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 門池	12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 門池
14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 若杉	14:00～15:00 もも尻ヨガティス (80分) 佐藤		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 秋山	14:00～15:00 腫トレビューティーヨガ (80分) 秋山	14:00～15:00 ダイエットヨガ (80分) 若杉	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 大河原	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 大河原
15:45～16:30 ピラティス ブートキャンプ (45分) 森	15:45～16:45 子宮温活ヨガ (80分) 若杉						
17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 大河原			17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 門池	17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 門池	17:30～18:30 腫トレビューティーヨガ (80分) 島田	17:30～18:30 もも尻ヨガティス (80分) 森	17:30～18:30 もも尻ヨガティス (80分) 森
19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 秋山			19:15～20:15 アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET (80分) 森	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 若杉	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 大河原	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 秋山	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 秋山
			21:00～21:45 BEAT CORE HIT (45分) 森	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 若杉	21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (80分) 島田	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 若杉	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 若杉

【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)