

前橋店【10月1日～10月7日スケジュール】

2024年 9月15日更新

	10月 1日(火)	10月 2日(水)	10月 3日(木)	10月 4日(金)	10月 5日(土)	10月 6日(日)	10月 7日(月)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 ボールでゆがみとリョガ 森	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 森	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若杉	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宮沢	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 宮沢	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 森	
12:00	12:15～13:15 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)宮沢	12:15～13:25 ディーブプレスヨガ 森	12:15～13:15 リンパドレックスヨガ 秋山	12:15～13:15 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ 宮沢	12:15～13:15 アロマリラクソスヨガ FRUITY DIET 宮沢	12:15～13:15 背中美人ヨガ 門池	
13:00							
14:00	14:00～15:00 アロマリラクソスヨガ DEEP FOREST 宮沢	14:10～15:10 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若杉	14:00～15:00 スタンダード60 秋山	14:00～15:00 属活ヨガ ver.2 門池	14:00～15:00 ホットピラティス 森	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宮沢	
15:00							
16:00					15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若杉	16:45～16:45 ホットピラティス 森	
17:00							
18:00	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若杉	17:30～18:30 リンパドレックスヨガ 門池	17:30～18:30 属活ヨガ ver.2 門池	17:30～18:30 スタンダード60 秋山	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 森		
19:00							
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 秋山	19:15～20:15 属活ヨガ ver.2 門池	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 宮沢	19:15～20:15 リンパドレックスヨガ 若杉	19:15～20:15 スタンダード60 秋山		
21:00	21:00～22:00 リンパドレックスヨガ 若杉	21:00～22:00 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ 宮沢	21:00～22:00 アロマリラクソスヨガ HERBAL RELAX 宮沢	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若杉			
22:00							

定休日

前橋店【10月8日～10月15日スケジュール】

	10月 8日(火)	10月 9日(水)	10月 10日(木)	10月 11日(金)	10月 12日(土)	10月 13日(日)	10月 14日(月)	10月 15日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 若杉	10:30～11:30 リンパドレックスヨガ 秋山	10:30～11:30 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ 宮沢	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若杉	10:20～11:30 ディーブプレスヨガ 森	10:30～11:15 ピラティスブートキャンプ 森		10:30～11:30 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)宮沢
12:00	12:15～13:15 背中美人ヨガ 門池	12:15～13:15 スタンダード60 門池	12:15～13:15 アロマリラクソスヨガ DEEP FOREST 宮沢	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 宮沢	12:15～13:15 リンパドレックスヨガ 秋山	12:15～13:15 スタンダード60 門池		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宮沢
13:00								
14:00	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若杉	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 森	14:00～15:00 リンパドレックスヨガ 秋山	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宮沢	14:00～15:00 スタンダード60 秋山	14:00～15:00 背中美人ヨガ 門池		14:00～15:00 属活ヨガ ver.2 門池
15:00								
16:00					15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 森	16:45～16:45 ボールでゆがみとリョガ 森		
17:00								
18:00	17:30～18:30 リンパドレックスヨガ 秋山		17:30～18:30 もも尻ヨガティス 森	17:30～18:30 属活ヨガ ver.2 門池	17:30～18:30 背中美人ヨガ 門池			17:30～18:30 スタンダード60 秋山
19:00								
20:00	19:15～20:15 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)宮沢	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 森	19:15～20:15 スタンダード60 若杉	19:15～20:15 背中美人ヨガ 門池	19:15～20:15 属活ヨガ ver.2 門池			19:15～20:15 リンパドレックスヨガ 秋山
21:00	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 宮沢	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宮沢	21:00～22:00 フェイスアップヨガ 森	21:00～22:00 スタンダード60 秋山				21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若杉
22:00								

定休日

レッスンのWEB予約はこちらから

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-969 営業時間 9:00～18:00 ※受付時間以外に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)

- ◆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、【キャンセル待ち期間】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の開始の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時間前を過ぎた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、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が時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。



前橋店【10月16日～10月23日スケジュール】

	10月 16日(水)	10月 17日(木)	10月 18日(金)	10月 19日(土)	10月 20日(日)	10月 21日(月)	10月 22日(火)	10月 23日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 秋山	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 秋山	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 森	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宮沢	10:30～11:30 スタンダード60 秋山		10:30～11:40 ディープブレスヨガ 森	10:30～11:30 子宮温活ヨガ 若杉
12:00	12:15～13:15 アロマリラクソスヨガ HERBAL RELAX 宮沢	12:15～13:15 スタンダード60 秋山	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若杉	12:15～13:15 背中美人ヨガ 門池	12:15～13:15 子宮温活ヨガ 若杉		12:30～13:15 ピラティスブートキャンプ 森	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宮沢
13:00								
14:00	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 宮沢	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若杉	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 森	14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 門池	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 森			14:00～15:30 EXパワーズヨガ (会員様限定) 宮沢
15:00								
16:00				15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 宮沢	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 門池			
17:00								
18:00	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 森	17:20～18:20 ホットピラティス 森	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 秋山	17:30～18:30 スタンダード60 秋山			17:30～18:30 子宮温活ヨガ 若杉	17:30～18:30 背中美人ヨガ 門池
19:00		19:05～20:15 ディープブレスヨガ 森	19:15～20:15 スタンダード60 門池	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 若杉			19:15～20:15 背中美人ヨガ 門池	19:15～20:15 フェイスアップヨガ 森
20:00	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若杉							
21:00	21:00～22:00 ポールでゆがみとりヨガ 森	21:00～22:00 背中美人ヨガ 門池	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 門池				21:00～22:00 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)宮沢	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 森
22:00								

定休日

前橋店【10月24日～10月31日スケジュール】

	10月 24日(木)	10月 25日(金)	10月 26日(土)	10月 27日(日)	10月 28日(月)	10月 29日(火)	10月 30日(水)	10月 31日(木)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 背中美人ヨガ 門池	10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 島田	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 宮沢	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 秋山		10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 門池	10:30～11:30 スタンダード60 門池	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 宮沢
12:00	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 門池	12:15～13:15 背中美人ヨガ 門池	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 門池	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 森		12:15～13:15 スタンダード60 秋山	12:15～13:15 ホットピラティス 森	12:15～13:15 アロマリラクソスヨガ FRUITY DIET 宮沢
13:00								
14:00	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 森	14:00～15:00 アロマリラクソスヨガ DEEP FOREST 島田	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 宮沢	14:00～15:00 スタンダード60 秋山		14:00～15:00 背中美人ヨガ 門池	14:00～15:00 子宮温活ヨガ 若杉	14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 門池
15:00								
16:00			16:45～16:45 子宮温活ヨガ 若杉	16:45～16:45 ホットピラティス 森				
17:00						17:00～18:30 EXパワーズヨガ (会員様限定) 宮沢		
18:00	17:30～18:30 アロマリラクソスヨガ FRUITY DIET 宮沢	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若杉	17:30～18:30 アロマリラクソスヨガ HERBAL RELAX 筒井				17:30～18:30 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)宮沢	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 森
19:00								
20:00	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 宮沢	19:15～20:15 子宮温活ヨガ 若杉	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 筒井			19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若杉	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 宮沢	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 若杉
21:00	21:00～22:00 子宮温活ヨガ 若杉	21:00～21:45 ピラティスブートキャンプ 森				21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宮沢	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 秋山	21:00～22:00 スタンダード60 秋山
22:00								

定休日