

函館店【1月17日～1月24日スケジュール】

2024年12月16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) 米谷	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 佐藤	10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 渡辺	定休日	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 渡辺	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 米谷	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 米谷	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 米谷	
12:00～13:00 美ボディフローピラティス (80分) 佐藤	12:15～13:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 朝長	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 朝長		12:00～13:00 リンパデトックスヨガ (80分) 朝長	12:00～13:00 腫トレビューティーヨガ (80分) 米谷	12:00～13:00 もも尻ヨガティス (80分) 佐藤	12:00～13:00 もも尻ヨガティス (80分) 佐藤	12:00～13:00 全身ととのう 妻たままヨガ (80分) 渡辺
13:30～14:30 腫トレビューティーヨガ (80分) 米谷	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 佐藤	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 渡辺		13:30～14:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 渡辺	13:30～14:30 ホットピラティス (80分) 渡辺	13:30～14:30 背中美人ヨガ (80分) 米谷	13:30～14:30 背中美人ヨガ (80分) 米谷	13:30～14:30 腫トレビューティーヨガ (80分) 米谷
15:00～16:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 佐藤	15:45～16:30 ピラティス ブートキャンプ (45分) 渡辺	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 朝長				15:00～16:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 佐藤	15:00～16:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 佐藤	15:00～16:00 お腹引き締めヨガ (80分) 渡辺
	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 朝長							
18:00～18:45 ピラティス ブートキャンプ (45分) 渡辺					18:00～19:00 背中美人ヨガ (80分) 米谷	18:00～19:00 全身ととのう 妻たままヨガ (80分) 朝長	18:00～19:00 スタンダード80 (80分) 渡辺	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 朝長
19:30～20:30 全身ととのう 妻たままヨガ (80分) 朝長					19:30～20:30 免疫セラピーヨガ (80分) 朝長	19:30～20:30 美ボディフローピラティス (80分) 佐藤	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 佐藤	19:00～20:30 アド/ンス90 (会員様限定) (80分) 佐藤
21:00～22:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 渡辺					21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 米谷	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 朝長	21:00～21:45 ピラティス ブートキャンプ (45分) 渡辺	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 朝長

函館店【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 全身ととのう 妻たままヨガ (80分) 渡辺	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 米谷	定休日	10:30～11:30 もも尻ヨガティス (80分) 佐藤	10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 渡辺	10:30～11:30 エアロビヨガ (80分) 米谷	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ (80分) 朝長	
12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 佐藤	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (80分) 朝長		12:00～13:00 腫トレビューティーヨガ (80分) 米谷	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 佐藤	12:00～13:00 スタンダード80 (80分) 朝長	12:00～13:00 お腹引き締めヨガ (80分) 渡辺	12:00～13:00 お腹引き締めヨガ (80分) 渡辺
14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 渡辺	14:00～15:00 エアロビヨガ (80分) 米谷		13:30～14:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 佐藤	13:30～14:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 渡辺	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ (80分) 米谷	13:30～14:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 朝長	13:30～14:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 朝長
15:45～16:45 腫トレビューティーヨガ (80分) 米谷	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 朝長			15:00～16:00 パワーヨガ Advance (会員様限定) (80分) 笹井	15:00～16:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 佐藤	15:00～16:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 朝長	15:00～16:00 全身ととのう 妻たままヨガ (80分) 渡辺
17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 佐藤							
19:00～20:00 背中美人ヨガ (80分) 米谷							
				18:00～19:00 背中美人ヨガ (80分) 米谷	18:00～19:00 免疫セラピーヨガ (80分) 朝長	18:00～19:00 もも尻ヨガティス (80分) 佐藤	18:00～19:00 腫トレビューティーヨガ (80分) 米谷
				19:30～20:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 渡辺	19:30～20:30 エアロビヨガ (80分) 米谷	19:30～20:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 渡辺	19:30～20:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 佐藤
				21:00～22:00 ピラティス ブートキャンプ (45分) 笹井	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 朝長	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 佐藤	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 米谷

【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)