

小山店【11月1日～11月8日スケジュール】

2024年10月24日更新

| 11/01 | 11/02 | 11/03 | 11/04 | 11/05 | 11/06 | 11/07 | 11/08 |
|--|---|---|-------|--|--|---|---|
| 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
| 10:30～11:30 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) 藤内 | 10:30～11:30 ホットピラティス (60分) 藤内 | 10:30～11:30 子音温活ヨガ (60分) 長谷川 | 定休日 | 10:30～11:30 背中美人ヨガ (60分) 瀬本 | 10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ (60分) 藤内 | | 10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (60分) 長谷川 |
| 12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 瀬本 | 12:15～13:15 スタンダード80 (60分) 惟任 | 12:15～13:15 エアロビヨガ (60分) 長谷川 | | 12:15～13:15 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) 藤内 | 12:15～13:15 ホットピラティス (60分) 藤内 | | 12:15～13:15 もも尻ヨガティス (60分) 瀬本 |
| 14:00～16:00 腫トレビューティー ヨガ(60分) 藤内 | 14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 藤内 | 14:00～16:00 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) 瀬本 | | 14:00～16:00 リンパデトックスヨガ (60分) 藤内 | 14:00～16:00 スタンダード80 (60分) 惟任 | | 14:00～16:00 エアロビヨガ (60分) 長谷川 |
| | 15:45～16:45 腸活ヨガ ver.2 (60分) 奥平 | 15:45～16:45 もも尻ヨガティス (60分) 瀬本 | | | | | |
| | 17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分) 奥平 | | | | | | |
| 17:30～18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 瀬本 | | | | 17:30～18:15 スタンダード80 (60分) 長谷川 | | 17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 長谷川 | 17:30～18:30 背中美人ヨガ (60分) 瀬本 |
| 19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 瀬本 | | | | 19:15～20:15 肩コリラックスヨガ (60分) 長谷川 | 19:15～20:00 もも尻ヨガティス (60分) 瀬本 | 19:15～20:15 スタンダード80 (60分) 惟任 | 19:15～20:15 腫トレビューティー ヨガ(60分) 藤内 |
| 20:50～21:50 スタンダード80 (60分) 惟任 | | | | 20:50～21:35 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 瀬本 | 20:50～21:50 子音温活ヨガ (60分) 長谷川 | 20:50～21:50 エアロビヨガ (60分) 長谷川 | 20:50～21:50 ホットピラティス (60分) 藤内 |

小山店【11月9日～11月16日スケジュール】

| 11/09 | 11/10 | 11/11 | 11/12 | 11/13 | 11/14 | 11/15 | 11/16 |
|--|--|-------|---|--|--|---|---|
| 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 陶山 | 10:30～11:30 スタンダード80 (60分) 惟任 | 定休日 | 10:30～11:30 もも尻ヨガティス (60分) 瀬本 | 10:30～11:30 ダイエットヨガ (60分) 藤内 | | 10:30～11:15 スタンダード80 (60分) 惟任 | 10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 瀬本 |
| 12:15～13:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 陶山 | 12:15～13:00 ピラティス ブートキャンプ (60分) 藤内 | | 12:15～13:15 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) 瀬本 | 12:15～13:15 もも尻ヨガティス (60分) 瀬本 | | 12:15～13:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 瀬本 | 12:15～13:15 ダイエットヨガ (60分) 藤内 |
| 14:00～15:00 EXパワーヨガ (会員様限定)(60分) 奥平 | 14:00～15:00 スタンダード80 (60分) 惟任 | | 14:00～15:00 子音温活ヨガ (60分) 長谷川 | | | 14:00～15:00 全身とどのう 寝たまんまヨガ (60分) 瀬本 | 14:00～15:00 エアロビヨガ (60分) 長谷川 |
| 16:45～16:45 スタンダード80 (60分) 惟任 | 16:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 藤内 | | | | | | 16:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 藤内 |
| 17:30～18:30 ダイエットヨガ (60分) 藤内 | | | | | | | 17:30～18:30 スタンダード80 (60分) 惟任 |
| | | | | 17:30～18:30 エアロビヨガ (60分) 長谷川 | 17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (60分) 長谷川 | 17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 陶山 | 17:30～18:30 子音温活ヨガ (60分) 長谷川 |
| | | | | 19:15～20:15 スタンダード80 (60分) 惟任 | 19:15～20:15 エアロビヨガ (60分) 長谷川 | 19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 長谷川 | 19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 瀬本 |
| | | | | 20:50～21:50 肩コリラックスヨガ (60分) 長谷川 | 20:50～21:50 スタンダード80 (60分) 惟任 | 20:50～21:50 セルトル美脚ヨガ (60分) 陶山 | 20:50～21:50 肩コリラックスヨガ (60分) 長谷川 |

- ◆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。

レッスンのweb予約はこちらから



※キャンセル料は発生致しません但し時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。

小山店【11月17日～11月24日スケジュール】

2024年10月24日更新

| 11/17 | 11/18 | 11/19 | 11/20 | 11/21 | 11/22 | 11/23 | 11/24 |
|--|-------|--|---|---|---|--|--|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
| 10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 滝澤 | 定休日 | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 陶山 | 10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 奥平 | | 10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 長谷川 | 10:30～11:30 エアロヨガ (80分) 長谷川 | 10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 惟任 |
| 12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (80分) 長谷川 | | 12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 陶山 | 12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 奥平 | | 12:15～13:15 ホットピラティス (80分) 瀧本 | 12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 惟任 | 12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 瀧本 |
| 14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 長谷川 | | 14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 長谷川 | 14:00～14:45 スタンダード80 (80分) 惟任 | | 14:00～15:00 スリムアッププレス (80分) 長谷川 | 14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (80分) 長谷川 | 14:00～14:45 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 瀧本 |
| 15:45～16:30 BEAT CORE HIIT (45分) 滝澤 | | | | | | 15:45～16:30 ピラティス ブートキャンプ (80分) 瀧本 | 15:45～16:45 金身ととう 寝たまんまヨガ (80分) 瀧本 |
| | | | | | | 17:30～18:30 もも原ヨガティス (80分) 瀧本 | |
| | | | 17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 瀧本 | | 17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 長谷川 | 17:30～18:15 ピラティス ブートキャンプ (80分) 蔵内 | |
| | | | 19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 惟任 | 19:15～20:15 ダイエットヨガ (80分) 蔵内 | 19:15～20:15 ホットピラティス (80分) 蔵内 | 19:15～20:15 金身ととう 寝たまんまヨガ (80分) 蔵内 | |
| | | | 20:50～21:50 もも原ヨガティス (80分) 瀧本 | 20:50～21:50 腫トレビューティー ヨガ(80分) 蔵内 | 20:50～21:50 エアロヨガ (80分) 長谷川 | 20:50～21:50 セルトル美脚ヨガ (80分) 瀧本 | |

小山店【11月25日～11月30日スケジュール】

| 11/25 | 11/26 | 11/27 | 11/28 | 11/29 | 11/30 | |
|-------|-------|-------|-------|---------------------------------------|--|---|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
| 全店研修 | 全店研修 | 全店研修 | | 10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 長谷川 | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 陶山 | |
| | | | | | 12:15～13:15 スリムアッププレス (80分) 長谷川 | 12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 陶山 |
| | | | | | 14:00～15:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 瀧本 | 14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 惟任 |
| | | | | | | 15:45～16:30 ピラティス ブートキャンプ (80分) 瀧本 |
| | | | | | | 17:30～18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 瀧本 |
| | | | | | 17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 蔵内 | 17:30～18:15 ピラティス ブートキャンプ (80分) 蔵内 |
| | | | | | 19:15～20:15 エアロヨガ (80分) 長谷川 | 19:15～20:15 金身ととう 寝たまんまヨガ (80分) 瀧本 |
| | | | | | 20:50～21:50 ダイエットヨガ (80分) 蔵内 | 20:50～21:50 もも原ヨガティス (80分) 瀧本 |

【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)