

松本店【9月1日～9月8日スケジュール】

2024年 8月 15日更新

	9月 1日(日)	9月 2日(月)	9月 3日(火)	9月 4日(水)	9月 5日(木)	9月 6日(金)	9月 7日(土)	9月 8日(日)	
9:00		定 休 日							
10:00									
11:00	10:30～11:30 ホットピラティス 佐藤			10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 伊藤	10:30～11:40 ディープブレスヨガ 伊藤		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 秋山	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 佐藤	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 福山
12:00	12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 伊藤			12:15～13:15 スタンダード60 吉川	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 福山		12:15～13:15 ホットピラティス 佐藤	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 福山	12:15～13:15 背中美人ヨガ 福山
13:00									
14:00	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 伊藤			14:00～15:00 ダイエットヨガ 福山	14:00～15:30 アドバンス90 (会員様限定) 伊藤		14:00～15:00 スタンダード60 吉川	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 福山	14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 佐藤
15:00									
16:00	15:45～16:45 スタンダード60 吉川							15:45～16:45 ココロカラダリセットヨガ 佐藤	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤
17:00									
18:00				17:30～18:30 スタンダード60 吉川		17:30～18:30 もも尻ヨガティス 伊藤	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 佐藤	10:30～11:30 スタンダード60 吉川	
19:00				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 伊藤	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤	19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 佐藤	19:15～20:15 スタンダード60 吉川		
20:00									
21:00				21:00～22:00 背中美人ヨガ 福山	21:00～22:00 スタンダード60 吉川	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 伊藤	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 福山		
22:00									

松本店【9月9日～9月15日スケジュール】

	9月 9日(月)	9月 10日(火)	9月 11日(水)	9月 12日(木)	9月 13日(金)	9月 14日(土)	9月 15日(日)
9:00							
10:00							
11:00		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 福山	10:30～11:30 スリムアップブレス 伊藤		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	10:30～11:15 ピラティスブートキャンプ 伊藤
12:00		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 福山	12:15～13:15 全身と上のう 寝たまんまヨガ 伊藤		12:15～13:15 背中美人ヨガ 福山	12:15～13:15 スタンダード60 吉川	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 秋山
13:00							
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 吉川			14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 秋山	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤	14:00～15:00 スタンダード60 秋山
15:00							
16:00						15:45～16:45 スタンダード60 秋山	15:45～16:45 はじめての「ハワ-ヨガ」 (会員様限定)伊藤
17:00		17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 佐藤	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 福山	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 福山	17:30～18:30 ホットピラティス 佐藤	
18:00							
19:00		19:15～20:15 ホットピラティス 佐藤	19:15～20:15 ダイエットヨガ 福山	19:15～20:15 スタンダード60 吉川	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 佐藤		
20:00							
21:00		21:00～22:00 スタンダード60 吉川	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 秋山	21:00～22:00 ホットピラティス 佐藤	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤		
22:00							

定
休
日

【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)

◆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が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♪



松本店【9月16日～9月23日スケジュール】

	9月 16日(月)	9月 17日(火)	9月 18日(水)	9月 19日(木)	9月 20日(金)	9月 21日(土)	9月 22日(日)	9月 23日(月)
9:00	定 休 日							
10:00								
11:00		10:30～11:30 スタンダード60 吉川	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 福山			10:30～11:30 背中美人ヨガ 福山	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
12:00								
13:00		12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 伊澤	12:15～13:15 スタンダード60 吉川			12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 福山	12:15～13:15 スリムアッププレス 伊澤	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 伊澤
14:00			14:00～15:10 ディープブレスヨガ 伊澤			14:00～15:00 スタンダード60 吉川	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 声田	14:00～15:00 ホットピラティス 伊澤
15:00								
16:00							15:45～16:30 ピラティスブートキャンプ 声田	15:45～16:45 スタンダード60 秋山
17:00						17:00～18:00 スタンダード60 吉川		
18:00			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 秋山	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 北村	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 福山		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 秋山	
19:00						18:45～19:45 肩コリリラックスヨガ 伊澤		
20:00			19:15～20:15 ダイエットヨガ 福山	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 北村	19:15～20:15 スタンダード60 吉川			
21:00			21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 福山	21:00～22:00 スタンダード60 吉川	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 福山	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 伊澤		
22:00								
								定 休 日

松本店【9月24日～9月30日スケジュール】

	9月 24日(火)	9月 25日(水)	9月 26日(木)	9月 27日(金)	9月 28日(土)	9月 29日(日)	9月 30日(日)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 福山	10:30～11:30 肩コリリラックスヨガ 伊澤		10:30～11:30 スタンダード60 吉川	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 伊澤	10:30～11:30 ダイエットヨガ 福山	
12:00							
13:00	12:15～13:15 スタンダード60 吉川	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 伊澤		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 金田	12:15～13:25 ディープブレスヨガ 伊澤	12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 伊澤	
14:00	14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 近藤	14:00～15:00 スタンダード60 吉川		14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 金田	14:00～15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)林	14:00～15:00 スタンダード60 吉川	
15:00							
16:00					15:45～16:45 スタンダード60 吉川	16:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 福山	
17:00							
18:00	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 福山		17:30～18:40 ディープブレスヨガ 伊澤	17:30～18:30 ココロカラダリセット3が 伊澤	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 林		
19:00							
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 吉川	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 福山	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 伊澤	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 福山			
21:00	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 近藤	21:00～22:00 スタンダード60 吉川	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 福山	21:00～22:00 スリムアッププレス 伊澤			
22:00							
							定 休 日