

岐阜店【1月1日～1月8日スケジュール】

2024年1月14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<br>もも原ヨガティス (80分)<br>大野               | 10:30~11:30<br>腸活ヨガ ver.2 (80分)<br>小林         | 定休日   | 10:30~11:30<br>アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分)<br>田中 | 10:30~11:15<br>ピラティス<br>フットキャンブ(45分)<br>大野        |
|        |        | 12:15~13:25<br>ディーブレスヨガ (70分)<br>光田             | 12:15~13:15<br>お腹引き締めヨガ (80分)<br>波多野              | 12:15~13:15<br>小顔リフトピラティス (80分)<br>大野         |       | 12:15~13:15<br>スタンダード80 (80分)<br>古波蔵              |   |
|        |        | 14:00~15:00<br>Sound Feel Yoga ver.2(80分)<br>大野 | 14:15~15:15<br>免疫セラピーヨガ (80分)<br>光田               | 14:00~15:00<br>スタンダード80 (80分)<br>波多野          |       | 14:00~15:00<br>背中美人ヨガ (80分)<br>田中                 | 14:00~15:00<br>スタンダード80 (80分)<br>古波蔵              |
|        |        | 15:45~16:45<br>リンパデトックスヨガ (80分)<br>波多野          | 16:00~17:00<br>アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分)<br>波多野 | 15:45~16:45<br>パワーヨガAdvance (金具制限)(80分)<br>小林 |       |   |   |
|        |        |   |   |   |       |   |   |
|        |        | 17:30~18:30<br>スタンダード80 (80分)<br>大野             | 17:45~18:45<br>Beat Drum Diet 3.0 (45分)<br>波多野    |   |       | 17:30~18:30<br>骨盤矯正ヨガ (80分)<br>古波蔵                |   |
|        |        |   |   |   |       | 19:15~20:15<br>エアロピヨガ (80分)<br>大野                 | 19:15~20:15<br>アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分)<br>波多野 |
|        |        |   |   |   |       | 21:00~22:00<br>スタンダード80 (80分)<br>古波蔵              | 21:00~22:00<br>お腹引き締めヨガ (80分)<br>波多野              |
|        |        |   |   |   |       |   |   |
|        |        |   |   |   |       |   |   |
|        |        |   |   |   |       |   |   |

岐阜店【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<br>スタンダード80 (80分)<br>古波蔵            | 10:30~11:30<br>リンパデトックスヨガ (80分)<br>波多野         | 10:30~11:30<br>エアロピヨガ (80分)<br>大野   | 定休日   | 10:30~11:30<br>肩こりリラックスヨガ (80分)<br>波多野     | 10:30~11:30<br>お腹引き締めヨガ (80分)<br>波多野               |  |
|  | 12:15~13:15<br>骨盤矯正ヨガ (80分)<br>古波蔵              | 12:15~13:15<br>ホットピラティス (80分)<br>古波蔵           | 12:15~13:15<br>免疫セラピーヨガ (80分)<br>光田 |       | 12:15~13:15<br>もも原ヨガティス (80分)<br>古波蔵       | 12:15~13:15<br>子宮温活ヨガ (80分)<br>村雲                  |  |
|  | 14:00~15:00<br>お腹引き締めヨガ (80分)<br>波多野            | 14:00~15:00<br>子宮温活ヨガ (80分)<br>波多野             | 14:00~15:00<br>ホットピラティス (80分)<br>金福 |       | 14:00~15:00<br>リンパデトックスヨガ (80分)<br>波多野     |  |  |
|  |   | 15:45~16:30<br>Beat Drum Diet 3.0 (45分)<br>波多野 | 15:45~16:55<br>ディーブレスヨガ (70分)<br>光田 |       |  |  |  |
|  |   |  |                                     |       |  |  |  |
| 17:30~18:30<br>小顔リフトピラティス (80分)<br>大野      | 17:30~18:30<br>Sound Feel Yoga ver.2(80分)<br>大野 | 17:30~18:30<br>スタンダード80 (80分)<br>古波蔵           |                                     |       | 17:20~18:30<br>ディーブレスヨガ (70分)<br>永田        | 17:30~18:30<br>リンパデトックスヨガ (80分)<br>大野              | 17:00~18:30<br>アドニス80 (金具制限)(80分)<br>小林    |
| 19:15~20:00<br>ピラティス<br>フットキャンブ(45分)<br>大野 | 19:15~20:15<br>肩こりリラックスヨガ (80分)<br>波多野          |  |                                     |       | 19:15~20:15<br>子宮温活ヨガ (80分)<br>波多野         | 19:15~20:15<br>Sound Feel Yoga ver.2(80分)<br>大野    | 19:15~20:15<br>リンパデトックスヨガ (80分)<br>波多野     |
| 21:00~22:00<br>骨盤矯正ヨガ (80分)<br>古波蔵         | 21:00~22:00<br>もも原ヨガティス (80分)<br>大野             |  |                                     |       | 21:00~22:00<br>ピラティス<br>フットキャンブ(45分)<br>永田 | 21:00~22:00<br>アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分)<br>波多野 | 21:00~21:45<br>ピラティス<br>フットキャンブ(45分)<br>大野 |
|  |   |  |                                     |       |  |  |  |
|  |   |  |                                     |       |  |  |  |
|  |   |  |                                     |       |  |  |  |

- ◆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



岐阜店【1月17日～1月24日スケジュール】

2024年1月14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<br>肩コリラックスヨガ<br>(90分)<br>波多野          | 10:30～11:30<br>Sound Feel Yoga<br>ver.2(90分)<br>大野 | 10:30～11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET(90分)<br>瀬川 | 定休日   | 10:30～11:30<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定)(90分)<br>加藤       | 10:30～11:30<br>子宮温活ヨガ<br>(90分)<br>波多野               |  | 10:30～11:15<br>Beat Drum Diet 3.0<br>(45分)<br>瀬川     |
| 12:15～13:15<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定)(90分)<br>波多野  | 12:15～13:15<br>腸活ヨガ ver.2<br>(90分)<br>小林           | 12:15～13:00<br>ピラティス<br>ブートキャンプ(45分)<br>大野          |       | 12:15～13:15<br>スタンダード80<br>(90分)<br>古波蔵               | 12:15～13:15<br>ダイエットヨガ<br>(90分)<br>波多野              |  | 12:15～13:15<br>小顔リフトピラティス<br>(90分)<br>大野             |
| 14:00～15:00<br>子宮温活ヨガ<br>(90分)<br>波多野             | 14:00～15:00<br>ホットピラティス<br>(90分)<br>古波蔵            | 14:00～15:00<br>リンパデトックスヨガ<br>(90分)<br>大野            |       | 14:00～15:00<br>免疫セラピーヨガ<br>(90分)<br>加藤                | 14:00～15:00<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET(90分)<br>光田 |  | 14:00～15:00<br>お腹引き締めヨガ<br>(90分)<br>瀬川               |
|   | 15:45～16:45<br>スタンダード80<br>(90分)<br>古波蔵            | 15:45～16:45<br>お腹引き締めヨガ<br>(90分)<br>瀬川              |       |   |   |  |  |
| 17:30～18:30<br>骨盤矯正ヨガ<br>(90分)<br>古波蔵             | 17:30～18:30<br>ダイエットヨガ<br>(90分)<br>小林              |   |       | 17:30～18:30<br>エアロビヨガ<br>(90分)<br>大野                  |   | 17:30～18:30<br>お腹引き締めヨガ<br>(90分)<br>波多野            | 17:30～18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST(90分)<br>波多野 |
| 19:15～20:00<br>Beat Drum Diet 3.0<br>(45分)<br>波多野 |  |   |       | 19:15～20:15<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX(90分)<br>波多野 | 19:15～20:00<br>ピラティス<br>ブートキャンプ(45分)<br>大野          | 19:15～20:15<br>子宮温活ヨガ<br>(90分)<br>波多野              | 19:15～20:15<br>ホットピラティス<br>(90分)<br>古波蔵              |
| 21:00～22:00<br>スタンダード80<br>(90分)<br>古波蔵           |  |   |       | 21:00～22:00<br>お腹引き締めヨガ<br>(90分)<br>波多野               | 21:00～22:00<br>骨盤矯正ヨガ<br>(90分)<br>古波蔵               | 21:00～22:00<br>パワーヨガ Advance<br>(会員様限定)(90分)<br>田中 | 21:00～22:00<br>リンパデトックスヨガ<br>(90分)<br>波多野            |

岐阜店【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<br>スタンダード80<br>(90分)<br>古波蔵   | 10:30～11:30<br>ホットピラティス<br>(90分)<br>古波蔵    | 定休日   | 10:30～11:30<br>背中美人ヨガ<br>(90分)<br>大野            | 10:30～11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST(90分)<br>光田 |   | 10:30～12:00<br>アドバンス90<br>(会員様限定)(90分)<br>光田        |
| 12:15～13:15<br>背中美人ヨガ<br>(90分)<br>大野      | 12:15～13:15<br>スタンダード80<br>(90分)<br>古波蔵    |       | 12:15～13:15<br>小顔リフトピラティス<br>(90分)<br>大野        | 12:15～13:15<br>パワーヨガ Advance<br>(会員様限定)(90分)<br>田中  |   | 12:45～13:45<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET(90分)<br>光田 |
| 14:00～15:00<br>肩コリラックスヨガ<br>(90分)<br>波多野  | 14:00～14:45<br>ピラティス<br>ブートキャンプ(45分)<br>大野 |       | 14:00～15:00<br>スタンダード80<br>(90分)<br>古波蔵         |   |   | 14:30～15:30<br>リンパデトックスヨガ<br>(90分)<br>波多野           |
| 15:45～16:45<br>エアロビヨガ<br>(90分)<br>大野      | 15:45～16:45<br>小顔リフトピラティス<br>(90分)<br>大野   |       |   |   |   |   |
| 17:30～18:30<br>腸活ヨガ ver.2<br>(90分)<br>波多野 |  |       | 17:30～18:30<br>子宮温活ヨガ<br>(90分)<br>小林            | 17:30～18:30<br>もも尻ヨガティス<br>(90分)<br>古波蔵             | 17:30～18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX(90分)<br>波多野 | 17:30～18:30<br>小顔リフトピラティス<br>(90分)<br>大野            |
|   |  |       | 19:15～20:15<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定)(90分)<br>小林 | 19:15～20:15<br>骨盤矯正ヨガ<br>(90分)<br>古波蔵               | 19:15～20:15<br>お腹引き締めヨガ<br>(90分)<br>波多野               | 19:15～20:15<br>スタンダード80<br>(90分)<br>古波蔵             |
|   |  |       | 21:00～22:00<br>骨盤矯正ヨガ<br>(90分)<br>古波蔵           | 21:00～22:00<br>Sound Feel Yoga<br>ver.2(90分)<br>大野  | 21:00～22:00<br>小顔リフトピラティス<br>(90分)<br>大野              | 21:00～21:45<br>Beat Drum Diet 3.0<br>(45分)<br>波多野   |

【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)