

札幌駅前店【1月1日～1月8日スケジュール】

2024年1月10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 スタンダード60 (60分) 日暮	10:30~11:30 小顔リフトピラティス (60分) 岡田		10:30~11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 桑原	10:30~11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 鈴木	
			12:15~13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岡田	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 鈴木		12:15~13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 鈴木	12:15~13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 桑原	
		14:00~15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 和	14:00~15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮	14:00~15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 岡田		14:00~15:00 ホットピラティス (60分) 桑原		
		15:45~16:45 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮	15:45~16:45 背中美人ヨガ (60分) 鈴木	15:45~16:45 子宮温活ヨガ (60分) 鈴木				
		17:30~18:30 オトナののための ホイクヨガ (60分) 和	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 岡田					
							17:30~18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 橋	17:00~18:30 WATER (90分) 北島
							19:15~20:15 お腹引き締めヨガ (60分) 和	19:15~20:15 小顔リフトピラティス (60分) 岡田
							21:00~22:00 肩コリラックスヨガ (60分) 和	21:00~22:00 オトナののための ホイクヨガ (60分) 和

札幌駅前店【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 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 大山	10:30~11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 岡田	10:30~11:30 スタンダード60 (60分) 板橋	10:30~11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮	10:30~11:30 ホットピラティス (60分) 桑原	10:30~11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 橋	
	12:15~13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 橋	12:15~13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮	12:15~13:15 美ボディフロー ピラティス (60分) 和	12:15~13:15 スタンダード60 (60分) 日暮	12:15~13:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分) 橋	12:15~13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 岡田	
	14:00~15:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 大山	14:00~15:00 スタンダード60 (60分) 板橋	14:00~15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮	14:00~14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岡田	14:00~15:00 スタンダード60 (60分) 和	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 北島	
		15:45~16:45 子宮温活ヨガ (60分) 鈴木	15:45~16:45 お腹引き締めヨガ (60分) 和	15:45~16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 岡田			
		17:30~19:00 EXパワーヨガ (会員様限定) (90分) 和		17:30~18:30 スタンダード60 (60分) 板橋			
17:30~18:30 スタンダード60 (60分) 日暮	17:30~18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 鈴木				17:30~18:30 背中美人ヨガ (60分) 鈴木		17:30~18:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮
19:15~20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 橋	19:15~20:15 オトナののための ホイクヨガ (60分) 和				19:15~20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮	19:15~20:15 スタンダード60 (60分) 板橋	19:15~20:15 背中美人ヨガ (60分) 鈴木
21:00~22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 岡田	21:00~22:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) 鈴木				21:00~22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 鈴木	21:00~21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 鈴木	21:00~22:00 スタンダード60 (60分) 板橋

- ◆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。
- ※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



札幌駅前店【1月17日～1月24日スケジュール】

2024年1月10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 子宮温活ヨガ (60分) 鈴木	10:30~11:30 スタンダード60 (60分) 笹井	10:30~11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 鈴木	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 大山	10:30~11:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 鈴木	10:30~11:15 BEAT CORE HIIT (45分) 日暮		10:30~11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 笹井
12:15~13:15 オトナのための オイルヨガ (60分) 岡田	12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 笹井	12:15~13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮	12:15~13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 岡田	12:15~13:15 美ボディフローピラティス (60分) 笹井	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 桑原		12:15~13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 橋
14:00~15:00 背中美人ヨガ (60分) 鈴木	14:00~15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮	14:00~15:00 スタンダード60 (60分) 日暮	14:00~15:00 肩こりラックスヨガ (60分) 大山	14:00~15:30 FIRE (90分) 北島			14:00~15:00 子宮温活ヨガ (60分) 鈴木
	15:45~16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 鈴木	15:45~16:45 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 鈴木					
	17:30~18:30 ココロカラダ リセットヨガ (60分) 笹井						
17:30~18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 橋			17:30~18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 笹井	17:30~18:30 スタンダード60 (60分) 板橋	17:30~18:30 ホットピラティス (60分) 笹井	17:30~18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 鈴木	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 岡田
19:15~20:15 美ボディフローピラティス (60分) 笹井			19:15~20:15 スタンダード60 (60分) 板橋	19:15~20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 橋	19:15~20:15 小顔リフトピラティス (60分) 岡田	19:15~20:15 オトナのための オイルヨガ (60分) 岡田	19:15~20:00 BEAT CORE HIIT (45分) 日暮
21:00~22:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮			21:00~22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 笹井	21:00~22:00 小顔リフトピラティス (60分) 岡田	21:00~22:00 背中美人ヨガ (60分) 鈴木	21:00~22:00 ココロカラダ リセットヨガ (60分) 笹井	21:00~22:00 スタンダード60 (60分) 板橋

札幌駅前店【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 小顔リフトピラティス (60分) 岡田	10:30~11:30 オトナのための オイルヨガ (60分) 笹井			10:30~11:30 ホットピラティス (60分) 桑原		10:30~11:30 子宮温活ヨガ (60分) 鈴木
12:15~13:15 スタンダード60 (60分) 板橋	12:15~13:00 BEAT CORE HIIT (45分) 日暮			12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 岡田		12:15~13:15 スタンダード60 (60分) 板橋
14:00~14:45 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 笹井	14:00~15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 日暮			14:00~15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 桑原		14:00~15:00 背中美人ヨガ (60分) 鈴木
15:45~16:45 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分) 岡田	15:45~16:45 スタンダード60 (60分) 板橋	臨時休業	臨時休業			
17:30~18:30 オトナのための オイルヨガ (60分) 笹井						
					17:30~18:30 スタンダード60 (60分) 板橋	17:30~18:15 BEAT CORE HIIT (45分) 日暮
				19:15~20:15 スタンダード60 (60分) 板橋	19:15~20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 橋	19:15~20:15 オトナのための オイルヨガ (60分) 岡田
				21:00~21:45 BEAT CORE HIIT (45分) 笹井	21:00~22:00 オトナのための オイルヨガ (60分) 岡田	21:00~22:00 美ボディフローピラティス (60分) 笹井

【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)