

なんば店【2月1日～2月8日スケジュール】

2025年1月16日更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30~11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 小幡	10:30~11:30 肩こりリラックスヨガ (80分) 藤野	定休日	10:30~11:30 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 藤野	10:30~11:30 オトナののための オールインワンヨガ (80分) 真鍋		10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 藤野	10:30~11:30 オトナののための オールインワンヨガ (80分) 真鍋	
12:15~13:15 エアロビヨガ (80分) 小幡	12:15~13:15 全身ととのう 妻たままヨガ (80分) 藤本		12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 藤本	12:15~13:15 小顔リフトピラティス (80分) 小幡	12:15~13:15 小顔リフトピラティス (80分) 小幡		12:15~13:00 BEAT CORE HIIT (45分) 小幡	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 藤本
14:00~15:00 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 藤野	14:00~15:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 藤野		14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 藤野	14:00~15:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 藤野	14:00~15:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 真鍋		14:00~15:00 肩こりリラックスヨガ (80分) 藤野	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 小幡
15:45~16:45 ホットピラティス (80分) 真鍋	15:45~16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 藤本				15:45~17:15 特別レッスン 小幡			15:45~16:45 セルトル美脚ヨガ (80分) 藤本
17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 藤野								17:30~18:30 小顔リフトピラティス (80分) 小幡
				17:30~18:30 ダイエットヨガ (80分) 玉川		17:30~18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 藤本	17:00~18:00 オトナののための オールインワンヨガ (80分) 真鍋	
				19:15~20:15 オトナののための オールインワンヨガ (80分) 真鍋	19:15~20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 藤本	19:15~20:15 スタンダード80 (80分) 藤野	18:45~20:15 EVAパワーヨガ (金真様限定) (90分) 小幡	
				21:00~22:00 肩こりリラックスヨガ (80分) 玉川	21:00~22:00 スタンダード80 (80分) 藤野	21:00~21:45 ピラティス フットキャンピング (45分) 真鍋	21:00~22:00 子宮温活ヨガ (80分) 真鍋	

なんば店【2月9日～2月16日スケジュール】

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30~11:30 ダイエットヨガ (80分) 玉川	定休日	10:30~11:30 全身ととのう 妻たままヨガ (80分) 藤本	10:30~11:30 小顔リフトピラティス (80分) 小幡		10:30~11:30 子宮温活ヨガ (80分) 真鍋	10:30~11:30 全身ととのう 妻たままヨガ (80分) 小幡	10:30~11:30 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 藤野	
12:15~13:15 はじめてのパワーヨガ (金真様限定) (80分) 前田		12:15~13:15 子宮温活ヨガ (80分) 真鍋	12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 藤本	12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 藤本		12:15~13:15 スタンダード80 (80分) 玉川	12:15~13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 藤野	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 石原
14:00~15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 藤本		14:00~15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 藤本	14:00~15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 藤本	14:00~15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 藤本		14:00~15:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 真鍋	14:00~15:00 小顔リフトピラティス (80分) 小幡	14:00~15:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 藤野
15:45~16:45 スタンダード80 (80分) 玉川		15:45~16:45 ホットピラティス (80分) 真鍋	15:45~16:45 ホットピラティス (80分) 真鍋	15:45~16:45 ホットピラティス (80分) 真鍋		15:45~16:30 肩こりリラックスヨガ (80分) 藤野	15:45~16:30 肩こりリラックスヨガ (80分) 藤野	15:45~16:45 スタンダード80 (80分) 石原
			17:30~18:30 エアロビヨガ (80分) 藤野				17:30~18:15 BEAT CORE HIIT (45分) 小幡	
				17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 藤野	17:30~18:30 はじめてのパワーヨガ (金真様限定) (80分) 木村	17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 藤野		
			19:15~20:15 スタンダード80 (80分) 真鍋	19:15~20:15 スタンダード80 (80分) 真鍋	19:15~20:00 ピラティス フットキャンピング (45分) 小幡	19:15~20:15 肩こりリラックスヨガ (80分) 藤野		
			21:00~22:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 真鍋	21:00~22:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 真鍋	21:00~22:00 オトナののための オールインワンヨガ (80分) 真鍋	21:00~22:00 ダイエットヨガ (80分) 玉川		

- ◆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



なんば店【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年1月16日更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24	
月	火	水	木	金	土	日	月	
定休日	10:30~11:30 リンパドレナージュ (80分) 藤本	10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 真鍋		10:30~11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 小幡	10:30~11:30 花粉症スッキリヨガ (80分) 藤野	10:30~11:15 ピラティス ブートキャンプ(45分) 真鍋		
	12:15~13:15 エアロピヨガ (80分) 藤野	12:15~13:15 全身ととう 褒たまんまヨガ(80分) 藤本		12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 藤本	12:15~13:15 美ボディフロー ピラティス(80分) 真鍋	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 木村		
	14:00~15:00 全身ととう 褒たまんまヨガ(80分) 藤本	14:00~15:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 真鍋		14:00~15:00 小顔リフトピラティス (80分) 小幡	14:00~15:00 全身ととう 褒たまんまヨガ(80分) 藤本	14:00~15:00 子宮温活ヨガ (80分) 真鍋		
						15:45~16:45 お腹引き締めヨガ (80分) 藤本	15:45~16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 木村	
						17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 藤野		定休日
	17:30~18:30 美ボディフロー ピラティス(80分) 真鍋		17:30~18:30 子宮温活ヨガ (80分) 真鍋	17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 藤野				
	19:15~20:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 藤野	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 小幡	19:15~20:00 BEAT CORE HIT (45分) 小幡	19:15~20:15 リンパドレナージュ (80分) 藤本				
	21:00~22:00 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 真鍋	21:00~22:00 お腹引き締めヨガ (80分) 藤本	21:00~22:00 スタンダード80 (80分) 真鍋	21:00~22:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 藤野				

なんば店【2月25日～2月28日スケジュール】

02/25	02/26	02/27	02/28
火	水	木	金
10:30~11:30 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 真鍋	10:30~11:30 ダイエットヨガ (80分) 小幡		10:30~11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 藤本
12:15~13:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 藤野	12:15~13:15 スタンダード80 (80分) 藤野		12:15~13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 小幡
14:00~15:00 美ボディフロー ピラティス(80分) 真鍋			14:00~15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 藤本
17:00~18:30 EX/パワーヨガ (会員様限定)(90分) 小幡	17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 藤本	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 小幡	17:30~18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 真鍋
19:15~20:15 ココロカラダ リセットヨガ(80分) 藤野	19:15~20:15 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 真鍋	19:15~20:15 リンパドレナージュ (80分) 藤本	19:15~20:15 ホットピラティス (80分) 小幡
21:00~22:00 全身ととう 褒たまんまヨガ(80分) 小幡	21:00~22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 藤本	21:00~22:00 エアロピヨガ (80分) 小幡	21:00~22:00 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 真鍋

【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)