

池袋店【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 リンパデトックスヨガ (80分) 廣田	10:30~11:30 エアロピヨガ (80分) 石川	定休日	10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 廣田	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 廣田		10:30~11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 石山	10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 廣田
12:15~13:15 美ボディフローピラティス (80分) 石川	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 杉山		12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 石川	12:15~13:00 ピラティス フートキャンブ(45分) 石川		12:15~13:15 ポールでゆるめてゆがみとりヨガ (80分) 笑喜	12:15~13:15 エアロピヨガ (80分) 石川
14:00~15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 杉山	14:00~15:00 もも原ヨガティス (80分) 石川		14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 廣田			14:00~15:00 美ボディフローピラティス (80分) 石川	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 廣田
15:45~16:45 お腹引き締めヨガ (80分) 石川	15:45~16:45 肩コリラックスヨガ (80分) 杉山						15:45~16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 杉山
17:30~18:30 ポールでゆるめてゆがみとりヨガ (80分) 笑喜			17:30~18:30 肩コリラックスヨガ (80分) 杉山	17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 杉山	17:00~18:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 杉山	17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 廣田	17:30~18:30 小顔リフトピラティス (80分) 石川
			19:15~20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 笑喜	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 笑喜	18:45~19:45 肩コリラックスヨガ (80分) 杉山	19:15~20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 杉山	
			21:00~22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 杉山	21:00~22:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 笑喜	20:30~22:00 アド/ンス90 (会員様限定) (90分) 石川	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 廣田	

池袋店【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
						10:00~11:30 アド/ンス90 (会員様限定) (90分) 石川	
10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 廣田	定休日	10:30~11:30 オトナのためのオールインワンヨガ (80分) 石川	10:30~11:30 もも原ヨガティス (80分) 石川		10:30~11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 菊川		10:30~11:30 小顔リフトピラティス (80分) 石川
12:15~13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 杉山		12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 廣田	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 杉山		12:15~13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 杉山	12:15~13:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 笑喜	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 杉山
14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 廣田		14:00~15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 笑喜	14:00~14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 石川		14:00~15:00 ホットピラティス (80分) 菊川	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 笑喜	14:00~15:00 肩コリラックスヨガ (80分) 杉山
15:45~16:45 肩コリラックスヨガ (80分) 杉山		15:45~16:45 スタンダード80 (80分) 廣田				15:45~16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 廣田	15:45~16:45 お腹引き締めヨガ (80分) 石川
		17:30~18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 笑喜	17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 廣田	17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 廣田	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 廣田	17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 廣田	
		19:15~20:15 特別レッスン 石川	19:15~20:15 子宮温活ヨガ (80分) 笑喜	19:15~20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 笑喜	19:15~20:15 金身とこのうきまなまヨガ (80分) 石川		
			21:00~22:00 スタンダード80 (80分) 廣田	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 廣田	21:00~22:00 エアロピヨガ (80分) 石川		

- ◆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



池袋店【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 ホットピラティス (80分) 菊川	10:30～11:30 オトナのための オールインヨガ (80分) 石川		10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分) 廣田	10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (80分) 笑喜	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 杉山		
	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 廣田	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 廣田		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 笑喜	12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 廣田	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 笑喜		
	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 菊川			14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 笑喜	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 石川	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 廣田		
						15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 廣田	15:45～16:30 ピラティス ブートキャンプ (45分) 石川	定休日
	17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 石川	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 杉山	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 廣田	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 杉山	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 杉山	17:00～18:30 特別レッスン 石川		
	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 杉山	19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 笑喜	19:15～20:15 背中美人ヨガ (80分) 廣田	19:15～20:15 もも尻ヨガティス (80分) 石川				
	21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 笑喜	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 杉山	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 笑喜	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (80分) 杉山				

池袋店【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 エアロピヨガ (80分) 石川	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 杉山		10:30～11:30 ホットピラティス (80分) 石川
12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (80分) 杉山	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 未定		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 廣田
14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 杉山	14:00～14:45 ピラティス ブートキャンプ (45分) 石川		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 石川
17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 廣田		17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 廣田	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 未定
19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分) 笑喜	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 廣田	19:15～20:15 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 笑喜	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 笑喜
21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分) 廣田	21:00～22:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 笑喜	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 廣田	21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分) 廣田

【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)