

松本店【1月1日～1月8日スケジュール】

2025年1月4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 背中美人ヨガ (80分) 福山	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 秋山	定休日	10:30～11:30 ホットピラティス (80分) 福山	10:30～11:30 青盤矯正ヨガ (80分) 福山
			12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 福山	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 秋山		12:15～13:15 青盤矯正ヨガ (80分) 福山	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 伊澤
		14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 佐藤	14:00～15:00 美ボディフローピラティス (80分) 佐藤	14:00～15:00 全身ととのう寝たまんまヨガ (80分) 鈴木		14:00～15:30 アドバンス80 (会員様限定) (80分) 北村	
		15:45～16:45 エアロビヨガ (80分) 福山	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 秋山	15:45～16:45 小顔リフトピラティス (80分) 鈴木			
		17:30～18:30 オトナのためのオールインワンヨガ (80分) 佐藤	17:30～18:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (80分) 佐藤				
					17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 秋山	17:30～18:30 もも尻ヨガティス (80分) 伊澤	
					19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 秋山	19:15～20:15 みるみる変わる姿勢ピラティス (80分) 佐藤	
					21:00～22:00 オトナのためのオールインワンヨガ (80分) 北村	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 佐藤	

松本店【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 お腹引き締めヨガ (80分) 石川	10:30～11:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (80分) 佐藤	10:30～11:30 エアロビヨガ (80分) 福山	定休日	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 福山	10:30～11:30 セルトルピラティス (80分) 佐藤		
	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 佐藤	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 福山	12:15～13:15 全身ととのう寝たまんまヨガ (80分) 伊澤		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 佐藤	12:15～13:15 青盤矯正ヨガ (80分) 奥平		
	14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 佐藤	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 伊澤	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 伊澤		14:00～15:00 オトナのためのオールインワンヨガ (80分) 佐藤	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 奥平		
		15:45～16:45 肩コリラックスヨガ (80分) 伊澤	15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (80分) 福山					
		17:30～18:30 美ボディフローピラティス (80分) 佐藤						
17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 北村	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 近藤					17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 伊澤	17:00～18:30 アドバンス80 (会員様限定) (80分) 伊澤	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (80分) 伊澤
19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 西岡	19:15～20:15 エアロビヨガ (80分) 近藤					19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 奥平	19:15～20:15 美ボディフローピラティス (80分) 佐藤	19:15～20:15 オトナのためのオールインワンヨガ (80分) 佐藤
21:00～22:00 小顔リフトピラティス (80分) 北村	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 石川					21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 奥平	21:00～22:00 全身ととのう寝たまんまヨガ (80分) 伊澤	21:00～22:00 スリムアッププレス (80分) 伊澤

- ◆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



松本店【1月17日～1月24日スケジュール】

2025年1月4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 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 伊澤	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 佐藤	10:30～11:30 オトナのための オールインヨガ(80分) 佐藤	定休日	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 福山	10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分) 福山		10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 佐藤
12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 福山	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 福山	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 佐藤		12:15～13:15 もも尻ヨガティス (80分) 伊澤	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 伊澤		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 佐藤
14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 福山	14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 佐藤	14:00～15:00 エアロビヨガ (80分) 福山		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 福山			14:00～15:00 小顔リフトピラティス (80分) 伊澤
	15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (80分) 福山	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 福山					
	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 伊澤						
17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 伊澤				17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 伊澤	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 佐藤	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 佐藤	17:30～18:30 ホットピラティス (80分) 声田
19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 鈴木				19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 田村	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 佐藤	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス(80分) 佐藤	19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分) 伊澤
21:00～22:00 小顔リフトピラティス (80分) 鈴木				21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 田村	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 福山	21:00～22:00 エアロビヨガ (80分) 福山	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 声田

松本店【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 腸活ヨガ ver.2 (80分) 佐藤	10:30～11:30 アドバンス80 (会員様限定)(80分) 伊澤	定休日	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 伊澤	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス(80分) 佐藤		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 福山	
12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 福山	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 福山		12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 伊澤	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 佐藤	12:15～13:15 スリムアッププレス (80分) 伊澤		12:15～13:15 スリムアッププレス (80分) 伊澤
14:00～15:00 オトナのための オールインヨガ(80分) 佐藤	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス(80分) 佐藤		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 福山	14:00～15:00 小顔リフトピラティス (80分) 北村			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 福山
15:45～16:45 もも尻ヨガティス (80分) 伊澤	15:45～16:45 肩コリラックスヨガ (80分) 伊澤						
17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 福山				17:30～18:30 オトナのための オールインヨガ(80分) 佐藤	17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 北村	17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 伊澤	17:30～18:30 もも尻ヨガティス (80分) 伊澤
				19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 佐藤	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 伊澤	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 福山	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 佐藤
				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 福山	21:00～22:00 エアロビヨガ (80分) 伊澤	21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 佐藤	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 佐藤

【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)