

小山店【1月1日～1月8日スケジュール】

2024年12月15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 子宮温活ヨガ (80分) 長谷川	10:30~11:15 BEAT CORE HIT (45分) 蔵内		10:30~11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 会沢	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 陶山	
			12:15~13:15 スタンダード80 (80分) 惟任	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 惟任		12:15~13:15 肩こりリラックスヨガ (80分) 長谷川	12:15~13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 陶山	
			14:00~14:45 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 蔵内	14:00~15:00 スリムアッププレス (80分) 長谷川	14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 惟任		14:00~15:00 背中美人ヨガ (80分) 会沢	14:00~15:00 小顔リフトピラティス (80分) 蔵内
			15:45~16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 倉持	15:45~16:45 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (80分) 蔵内	15:45~16:30 ピラティス ブートキャンプ (45分) 蔵内			
			17:30~18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 蔵内	17:30~18:30 美ボディフローピラティス (80分) 蔵内				
							17:30~18:30 ホットピラティス (80分) 蔵内	
							19:15~20:15 スタンダード80 (80分) 惟任	19:15~20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 惟任
							20:50~21:50 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (80分) 蔵内	20:50~21:50 お腹引き締めヨガ (80分) 長谷川

小山店【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 背中美人ヨガ (80分) 横田	10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 惟任	10:30~11:30 美ボディフローピラティス (80分) 蔵内		10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 倉持	10:30~11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 陶山	
	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 惟任	12:15~13:15 SUMOYOGA 四股コアエクスト (80分) 会沢	12:15~13:15 子宮温活ヨガ (80分) 長谷川		12:15~13:15 エアロビヨガ (80分) 長谷川	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 陶山	
	14:00~15:00 オトナのためのオールインヨガ (80分) 横田	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 惟任	14:00~15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 長谷川		14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 倉持		
		15:45~16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 会沢	15:45~16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 蔵内				
		17:30~18:30 スリムアッププレス (80分) 長谷川					
17:30~18:30 子宮温活ヨガ (80分) 長谷川	17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 惟任				17:30~18:15 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 蔵内	17:30~18:30 お腹引き締めヨガ (80分) 長谷川	17:30~18:30 オトナのためのオールインヨガ (80分) 横田
19:15~20:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 陶山	19:15~20:15 肩こりリラックスヨガ (80分) 長谷川				19:15~20:15 ボールでゆるめてゆがみとりヨガ (80分) 蔵内	19:15~20:15 スタンダード80 (80分) 惟任	19:15~20:15 背中美人ヨガ (80分) 横田
20:50~21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 陶山	20:50~21:50 エアロビヨガ (80分) 長谷川				20:50~21:50 スタンダード80 (80分) 惟任	20:50~21:50 美ボディフローピラティス (80分) 蔵内	20:50~21:50 肩こりリラックスヨガ (80分) 長谷川

- ◆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が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



小山店【1月17日～1月24日スケジュール】

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	10:30～11:30	10:30～11:30		10:30～11:15	10:30～11:30		10:30～11:30
ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分)	スリムアッププレス (80分)	免疫セラピーヨガ (80分)		BEAT CORE HIT (45分)	小顔リフトピラティス (80分)		オトナのためのオールイン ワンヨガ(80分)
蕨内	長谷川	林		西口	蕨内		横田
12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15
はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	肩こりリラックスヨガ (80分)	SUMOYOGA 四肢コアエクサ(80分)		ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分)	Sound Feel Yoga ver.2(80分)		背中美人ヨガ (80分)
米津	長谷川	林		蕨内	陶山		横田
14:00～15:00	14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～14:45
ホットピラティス (80分)	背中美人ヨガ (80分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分)		美ボディフロー ピラティス(80分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分)		リンパデトックスヨガ (80分)
米津	林	蕨内		蕨内	陶山		惟任
	16:45～16:45	16:45～16:45					
	スタンダード80 (80分)	美ボディフロー ピラティス(80分)					
	惟任	蕨内					
	17:30～18:30						
	免疫セラピーヨガ (80分)						
	林						
17:30～18:30				17:30～18:30		17:30～18:30	17:30～18:30
リンパデトックスヨガ (80分)				スタンダード80 (80分)		スリムアッププレス (80分)	小顔リフトピラティス (80分)
惟任				惟任		長谷川	蕨内
19:15～20:15				19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15
お腹引き締めヨガ (80分)				お腹引き締めヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	肩こりリラックスヨガ (80分)
長谷川				長谷川	惟任	西口	長谷川
20:50～21:50				20:50～21:50	20:50～21:50	20:50～21:50	20:50～21:35
子宮温活ヨガ (80分)				リンパデトックスヨガ (80分)	エアロピヨガ (80分)	子宮温活ヨガ (80分)	ピラティス ブートキャンプ(45分)
長谷川				惟任	長谷川	長谷川	蕨内

小山店【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	10:30～11:30		10:30～11:30	10:30～11:30		10:30～11:30
リンパデトックスヨガ (80分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)		スタンダード80 (80分)	BEAT CORE HIT (45分)		リンパデトックスヨガ (80分)
惟任	金沢		西口	西口		惟任
12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15
Beat Drum Diet 3.0 (45分)	リンパデトックスヨガ (80分)		スリムアッププレス (80分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分)		スタンダード80 (80分)
蕨内	惟任		長谷川	陶山		池内
14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00			14:00～15:00
スタンダード80 (80分)	SUMOYOGA 四肢コアエクサ(80分)		肩こりリラックスヨガ (80分)			ピラティス ブートキャンプ(45分)
倉持	金沢		長谷川			蕨内
15:45～16:45	15:45～16:45					
お腹引き締めヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)					
長谷川	惟任					
17:30～18:30						
リンパデトックスヨガ (80分)						
倉持						
			17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30
			ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分)	美ボディフロー ピラティス(80分)	スタンダード80 (80分)	スリムアッププレス (80分)
			蕨内	蕨内	惟任	長谷川
			19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15
			Beat Drum Diet 3.0 (45分)	スタンダード80 (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分)
			蕨内	惟任	長谷川	蕨内
			20:50～21:50	20:50～21:50	20:50～21:50	20:50～21:50
			スタンダード80 (80分)	小顔リフトピラティス (80分)	BEAT CORE HIT (45分)	子宮温活ヨガ (80分)
			西口	蕨内	西口	長谷川

【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)