

名古屋駅前店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年11月16日更新

| 12/01 | 12/02 | 12/03 | 12/04 | 12/05 | 12/06 | 12/07 | 12/08 | |
|--|-------|--|---|--|--|--|---|-------------|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | |
| 10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 小出 | 定休日 | 10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (80分) 秋葉 | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 瀧村 | | 10:30～11:30 エアロピヨガ (80分) 瀧地 | 10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 瀧地 | 10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 秋葉 | |
| 12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 秋葉 | | 12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 小出 | 12:15～13:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 瀧村 | 12:15～13:15 | 12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 秋葉 | 12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 小帽 | 12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 小出 | 12:15～13:15 |
| 14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 小出 | | 14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 秋葉 | 14:00～15:00 エアロピヨガ (80分) 瀧地 | 14:00～15:00 | 14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 瀧地 | 14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (80分) 秋葉 | 14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分) 秋葉 | 14:00～15:00 |
| 15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 秋葉 | | 15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 小帽 | 15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 小出 | | | 15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 小帽 | 15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 小出 | 15:45～16:45 |
| | | | | | | | | |
| | | | 17:30～18:30 エアロピヨガ (80分) 瀧地 | | 17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 秋葉 | 17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 小出 | 17:30～18:30 フェイスアップヨガ (80分) 秋葉 | |
| | | | 19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 小出 | 19:00～20:00 リンパデトックスヨガ (80分) 瀧地 | 19:15～20:15 エアロピヨガ (80分) 瀧地 | 19:15～20:15 スリムアッププレス (80分) 秋葉 | | |
| | | | 21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 瀧地 | 20:30～22:00 アピシス80 (会員権限定) (80分) 秋葉 | 21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 小出 | 21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 小出 | | |

名古屋駅前店【12月9日～12月16日スケジュール】

| 12/09 | 12/10 | 12/11 | 12/12 | 12/13 | 12/14 | 12/15 | 12/16 |
|-------|--|--|--|--|--|--|-------|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 |
| 定休日 | 10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 小出 | 10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 小出 | | 10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 秋葉 | 10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 瀧地 | 10:30～11:30 エアロピヨガ (80分) 瀧地 | |
| | 12:15～13:15 背骨矯正ヨガ (80分) 秋葉 | 12:15～13:15 エアロピヨガ (80分) 瀧地 | | 12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 小出 | 12:00～13:30 アピシス80 (会員権限定) (80分) 秋葉 | 12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 小出 | |
| | 14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 小出 | | | 14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 秋葉 | 14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 小出 | 14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 瀧地 | |
| | | | | | 15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 秋葉 | 15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 小出 | |
| | | | | | | | |
| | | | 17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 瀧地 | 17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 瀧地 | 17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 瀧地 | 17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 瀧地 | |
| | | | 19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (80分) 秋葉 | 19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 瀧地 | 19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 秋葉 | 19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 小出 | |
| | | | 21:00～22:00 エアロピヨガ (80分) 瀧地 | 21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 秋葉 | 21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分) 秋葉 | 21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 瀧地 | |

- ◆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



名古屋駅前店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年11月16日更新

| 12/17 | 12/18 | 12/19 | 12/20 | 12/21 | 12/22 | 12/23 | 12/24 |
|--|---|--|--|---|--|-------|--|
| 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 |
| 10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 灌地 | 10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 灌地 | | 10:30～11:30 もも原ヨガティス (80分) 毛利 | 10:20～10:30 女性のための栄養学 プチ講座(10分) 灌地 | 10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 小出 | 定休日 | 10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 小出 |
| 12:15～13:15 エアロピヨガ (80分) 灌地 | 12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 秋葉 | | 12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 小出 | 10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分) 灌地 | 12:15～13:15 スリムアッププレス (80分) 秋葉 | | 12:15～13:00 BEAT CORE HIT (45分) 毛利 |
| 14:00～15:00 スリムアッププレス (80分) 秋葉 | 14:00～15:00 エアロピヨガ (80分) 灌地 | | 14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 毛利 | 11:50～12:00 ダイエットと食事 プチ講座(10分) 毛利 | 14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 小出 | | 14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 小出 |
| | | | | 12:00～13:00 フェスタ特別レッスン① 毛利 | 15:45～16:45 背中美人ヨガ (80分) 毛利 | | |
| | | | | 13:20～13:30 タンパ位置と美容の関係 プチ講座(10分) 秋葉 | | | |
| | | | | 13:30～15:00 ステップアップアサナWS 秋葉 | | | |
| 17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 小出 | | 17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 秋葉 | 17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 秋葉 | 15:35～15:45 健康な体づくりの基本 プチ講座(10分) 小出 | | | 17:30～18:30 エアロピヨガ (80分) 灌地 |
| 19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 秋葉 | 19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 小出 | 19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 毛利 | 19:15～20:15 肩コリラックスヨガ (80分) 秋葉 | 15:45～16:45 フェスタ特別レッスン② 小出 | | | 19:15～20:15 ボールでゆるめて 背中美人ヨガ (80分) 毛利 |
| 21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 小出 | 21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 毛利 | 21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 灌地 | 21:00～22:00 エアロピヨガ (80分) 灌地 | | | | 21:00～22:00 小顔リフトピラティス (80分) 灌地 |

名古屋駅前店【12月25日～12月31日スケジュール】

| 12/25 | 12/26 | 12/27 | 12/28 | 12/29 | 12/30 | 12/31 |
|--|--|---|--|--|--------|--------|
| 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 |
| 10:30～11:30 エアロピヨガ (80分) 灌地 | | 10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分) 秋葉 | 10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 毛利 | 10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 小出 | 年末年始休業 | 年末年始休業 |
| 12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 小出 | | 12:15～13:15 小顔リフトピラティス (80分) 灌地 | 12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 小出 | 12:15～13:15 エアロピヨガ (80分) 灌地 | | |
| | | 14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 秋葉 | 14:00～15:00 小顔リフトピラティス (80分) 灌地 | 14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 小出 | | |
| | | | 15:45～16:30 BEAT CORE HIT (45分) 毛利 | 15:30～17:30 108回本巻礼拝 (120分) 秋葉 | | |
| 17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 毛利 | 17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 秋葉 | 17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 毛利 | 17:30～18:30 エアロピヨガ (80分) 灌地 | | | |
| 19:15～20:15 背中美人ヨガ (80分) 秋葉 | 19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 小出 | 19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 小出 | | | | |
| 21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 毛利 | 21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 秋葉 | 21:00～22:00 もも原ヨガティス (80分) 毛利 | | | | |

【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)