



宮崎店【11月17日～11月24日スケジュール】

2024年10月16日更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (90分) 川合	定 休 日	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (90分) 川合	10:30～11:30 スタンダード80 (90分) 飯島		10:30～11:30 エアロピヨガ (90分) 内田	10:30～11:30 ココカラダ リセットヨガ (90分) 飯島	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (90分) 川合
12:15～13:00 ピラティス ブートキャンプ (45分) 川合		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (90分) 安藤	12:15～13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (90分) 大塚		12:15～13:15 スタンダード80 (90分) 飯島	12:15～13:15 ホットピラティス (90分) 大塚	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (90分) 内田
14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (90分) 大塚		14:00～15:00 全身ととう 寝たまんまヨガ (90分) 川合	14:00～15:00 背中美人ヨガ (90分) 飯島		14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (90分) 内田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (90分) 飯島	14:00～15:00 スタンダード80 (90分) 大塚
15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (90分) 大塚						15:45～16:45 肩コリラックスヨガ (90分) 大塚	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2(90分) 内田
						17:30～18:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 川合	
		17:30～18:30 オトナののための オールインワンヨガ (90分) 大塚		17:30～18:30 スリムアッププレス (90分) 内田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (90分) 川合		
		19:15～20:15 子宮温活ヨガ (90分) 飯島	19:00～20:30 アドバンス90 (会員様限定) (90分) 川合	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (90分) 安藤	19:15～20:15 もも尻ヨガティス (90分) 川合		
		21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (90分) 大塚	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 (90分) 内田	21:00～22:00 スタンダード80 (90分) 飯島	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (90分) 安藤		

宮崎店【11月25日～11月30日スケジュール】

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
月	火	水	木	金	土
	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (90分) 大塚	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) (90分) 川合		10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 (90分) 内田	10:30～11:30 オトナののための オールインワンヨガ (90分) 大塚
	12:15～13:15 スリムアッププレス (90分) 内田	12:30～13:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (90分) 安藤		12:15～13:15 背中美人ヨガ (90分) 飯島	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (90分) 飯島
	14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (90分) 大塚			14:00～15:00 スタンダード80 (90分) 内田	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(90分) 内田
定 休 日				15:45～16:45 全身ととう 寝たまんまヨガ (90分) 川合	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (90分) 内田
		17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (90分) 飯島	17:30～18:30 スタンダード80 (90分) 大塚	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (90分) 安藤	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (90分) 大塚
		19:15～20:15 背中美人ヨガ (90分) 飯島	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ (90分) 大塚	19:15～20:15 ホットピラティス (90分) 飯島	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (90分) 安藤
		21:00～22:00 全身ととう 寝たまんまヨガ (90分) 川合	21:00～22:00 エアロピヨガ (90分) 内田	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (90分) 川合	21:00～22:00 オトナののための オールインワンヨガ (90分) 大塚

【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)