

浜松店【12月1日～12月8日スケジュール】

2022年●月●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60 (80分) 宮下りおな	定休日	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 滝田つぐみ	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 村松寛代		10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 滝田つぐみ	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 風間梨紗子	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス (80分) 村松寛代	
12:15～13:15 もも原ヨガティス (80分) 村松寛代		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 鈴木虹帆	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 鈴木虹帆		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 鈴木虹帆	12:15～13:15 全身ととう 寝たまんまヨガ (80分) 滝田つぐみ	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 滝田つぐみ
14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな		14:00～15:10 ディープブレスヨガ (70分) 永田真子	14:00～14:45 ピラティス フットキャンプ (45分) 村松寛代		14:00～15:00 スタンダード60 (80分) 鈴木虹帆	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 風間梨紗子	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 風間梨紗子	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 鈴木虹帆
15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 村松寛代							15:45～16:45 背中美人ヨガ (80分) 滝田つぐみ	15:45～16:45 腸トレビューティー ヨガ (80分) 村松寛代
							17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 風間梨紗子	
			17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 宮下りおな		17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 滝田つぐみ	17:30～18:30 スタンダード60 (80分) 宮下りおな		
			19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな	19:15～20:15 ホットピラティス (80分) 滝田つぐみ	19:15～20:15 スタンダード60 (80分) 宮下りおな	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 鈴木虹帆		
			21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 滝田つぐみ	21:00～22:00 全身ととう 寝たまんまヨガ (80分) 滝田つぐみ	21:00～22:00 エアロビヨガ (80分) 滝田つぐみ	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな		

浜松店【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 スタンダード60 (80分) 鈴木虹帆	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな		10:30～11:30 全身ととう 寝たまんまヨガ (80分) 滝田つぐみ	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 滝田つぐみ	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな	定休日
	12:15～13:15 エアロビヨガ (80分) 滝田つぐみ	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 鈴木虹帆		12:15～13:15 スタンダード60 (80分) 宮下りおな	12:15～13:15 ホットピラティス (80分) 滝田つぐみ	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 村松寛代	
	14:00～15:00 スタンダード60 (80分) 鈴木虹帆			14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分) 滝田つぐみ	14:00～15:00 スタンダード60 (80分) 鈴木虹帆	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 村松寛代	
					15:45～16:45 全身ととう 寝たまんまヨガ (80分) 滝田つぐみ	15:45～16:45 スタンダード60 (80分) 宮下りおな	
					17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 鈴木虹帆		
	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな	17:30～18:30 もも原ヨガティス (80分) 村松寛代	17:30～18:30 スタンダード60 (80分) 鈴木虹帆	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな			
	19:15～20:15 全身ととう 寝たまんまヨガ (80分) 滝田つぐみ	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 村松寛代	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 村松寛代	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 宮下りおな			
	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 宮下りおな	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 滝田つぐみ	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな	21:00～22:00 スタンダード60 (80分) 鈴木虹帆			

- ◆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



浜松店【12月17日～12月24日スケジュール】

2020年●月●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 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 風間梨紗子	10:30～11:30 ココカラダ リセットヨガ (60分) 村松寛代		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 村松寛代	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 宮下りおな	10:30～11:30 フェスタ特別レッスン① 宮下りおな		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 風間梨紗子
12:15～13:00 ピラティス フットキャンプ (45分) 村松寛代	12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 鈴木虹帆		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 村松寛代	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 鈴木虹帆	12:15～13:15 小顔リフトピラティス (60分) 浅田つぐみ		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 宮下りおな
14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 風間梨紗子	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス (60分) 村松寛代		14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 宮下りおな	14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 宮下りおな	14:00～15:30 ステップアップアサナWS 村松寛代		14:00～15:00 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 風間梨紗子
				15:45～16:45 もも尻ヨガティス (60分) 村松寛代	16:15～17:15 フェスタ特別レッスン② 鈴木虹帆	定休日	
				17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 村松寛代			
17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 浅田つぐみ		17:30～18:30 エアロピヨガ (60分) 浅田つぐみ	17:30～18:30 スタンダード60 (60分) 鈴木虹帆				17:30～18:30 子宮温活ヨガ (60分) 浅田つぐみ
19:15～20:15 スタンダード60 (60分) 鈴木虹帆	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 宮下りおな	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 鈴木虹帆	19:15～20:15 肩こりリラックスヨガ (60分) 鈴木虹帆				19:15～20:15 ホットピラティス (60分) 浅田つぐみ
21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分) 浅田つぐみ	21:00～22:00 背中美人ヨガ (60分) 浅田つぐみ	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 浅田つぐみ	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) 浅田つぐみ			21:00～22:00 スタンダード60 (60分) 鈴木虹帆	

浜松店【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 ココカラダ リセットヨガ (60分) 村松寛代		10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 村松寛代	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 浅田つぐみ	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 村松寛代		
12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 鈴木虹帆		12:15～13:15 スタンダード60 (60分) 鈴木虹帆	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 宮下りおな	12:15～13:15 肩こりリラックスヨガ (60分) 鈴木虹帆		
		14:00～15:00 肩こりリラックスヨガ (60分) 鈴木虹帆	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 村松寛代	14:00～15:00 スタンダード60 (60分) 鈴木虹帆		
			15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (60分) 鈴木虹帆	15:45～17:45 108回太陽礼拝 (120分) 村松寛代	年末年始休業	年末年始休業
			17:30～18:30 腫トレビューティ ヨガ(60分) 村松寛代			
17:30～18:30 スタンダード60 (60分) 宮下りおな	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 村松寛代	17:30～18:30 小顔リフトピラティス (60分) 浅田つぐみ				
19:15～20:15 エアロピヨガ (60分) 浅田つぐみ	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 宮下りおな	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 村松寛代				
21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 宮下りおな	21:00～22:00 スタンダード60 (60分) 鈴木虹帆	21:00～21:45 ピラティス フットキャンプ (45分) 村松寛代				

【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)