

宮崎店【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 宵中美人ヨガ (60分) 飯島	定 休 日	10:30~11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 内田	10:30~11:30 全身とこのう 寝たまんまヨガ (60分) 川合		10:30~11:30 肩コリラックスヨガ (60分) 大塚	10:30~11:30 スタンダード80 (60分) 大塚	10:30~11:30 子音温活ヨガ (60分) 飯島
12:15~13:15 スタンダード80 (60分) 内田		12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 安藤	12:15~13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 飯島		12:15~13:15 Sound Feel Yoga ver.2.(60分) 内田	12:15~13:15 もも尻ヨガティス (60分) 川合	12:15~13:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 大塚
14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 川合		14:00~15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 飯島	14:00~15:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(60分) 川合		14:00~15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 安藤	14:00~15:00 ココロカラダ リセットヨガ (60分) 飯島	14:00~15:00 ホットピラティス (60分) 飯島
15:45~16:45 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(60分) 大塚						15:45~16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 安藤	15:45~16:45 エアロビヨガ (60分) 内田
						17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 大塚	
			17:30~18:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(60分) 川合		17:30~18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 大塚	17:30~18:30 スタンダード80 (60分) 飯島	
			19:15~20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 大塚	19:15~20:15 スリムアッププレス (60分) 内田	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 大塚	19:15~20:15 もも尻ヨガティス (60分) 川合	
			21:00~22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 川合	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 安藤	21:00~22:00 エアロビヨガ (60分) 内田	21:00~22:00 子音温活 ヨガ (60分) 飯島	

宮崎店【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 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 安藤	10:30~11:30 スリムアッププレス (60分) 内田		10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 川合	10:30~11:30 小顔リフトピラティス (60分) 内田	10:30~12:00 アドバンス80 (会員権限定)(60分) 川合	定 休 日	
	12:15~13:15 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(60分) 大塚	12:15~13:15 肩コリラックスヨガ (60分) 大塚		12:15~13:15 エアロビヨガ (60分) 内田	12:15~13:15 フェスタ特別レッスン① 川合	12:30~13:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 飯島		
	14:00~15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 大塚			14:00~15:00 スタンダード80 (60分) 川合	14:00~15:30 ステップアップアサナWS 大塚	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 川合		
					16:00~17:00 フェスタ特別レッスン② 飯島	15:45~16:45 宵中美人ヨガ (60分) 飯島		
	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 内田	17:30~18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 川合	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 安藤	17:30~18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 飯島				
	19:15~20:15 宵中美人ヨガ (60分) 飯島	19:15~20:15 全身とこのう 寝たまんまヨガ (60分) 川合	19:15~20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 内田	19:15~20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 大塚				
	21:00~22:00 スタンダード80 (60分) 内田	21:00~22:00 ココロカラダ リセットヨガ (60分) 飯島	21:00~22:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(60分) 大塚	21:00~22:00 ホットピラティス (60分) 飯島				

- ◆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



宮崎店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年11月18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 スタンダード80 (80分) 飯島	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 内田		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 大塚	10:30～11:30 ホットピラティス (80分) 飯島	10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみトリヨガ (80分) 大塚	定 休 日	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 大塚
12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 飯島	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 大塚		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 内田	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (80分) 内田	12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 川舎		12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 飯島
14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 川舎	14:00～15:00 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 飯島		14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみトリヨガ (80分) 大塚	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 安藤	14:00～15:00 肩こりリラックスヨガ (80分) 大塚		14:00～15:00 全身ととうら 寝たまんまヨガ (80分) 川舎
				15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 川舎	15:45～16:45 全身ととうら 寝たまんまヨガ (80分) 川舎		
				17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 内田			
17:30～18:30 ホットピラティス (80分) 大塚		17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 内田	17:30～18:30 スリムアッププレス (80分) 内田				17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 飯島
19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 内田	19:00～20:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 安藤	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 大塚	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 川舎				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 安藤
21:00～22:00 肩こりリラックスヨガ (80分) 大塚	20:30～22:00 アロハンス80 (会員様限定) (80分) 川舎	21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分) 飯島	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 飯島				21:00～22:00 スリムアッププレス (80分) 内田

宮崎店【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 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 大塚		10:30～11:30 全身ととうら 寝たまんまヨガ (80分) 川舎	10:30～11:30 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 飯島	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 大塚	年 末 年 始 休 業	年 末 年 始 休 業
12:15～13:15 もも尻ヨガティス (80分) 川舎		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 川舎	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 安藤	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 内田		
		14:00～15:00 スリムアッププレス (80分) 内田	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 内田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 大塚		
			15:45～16:45 背中美人ヨガ (80分) 飯島	15:30～17:30 108回太極礼拝 (120分) 飯島		
			17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 内田			
17:30～18:30 エアロピヨガ (80分) 内田	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分) 大塚	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 大塚				
19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 飯島	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 川舎	19:15～20:15 ボールでゆるめて ゆがみトリヨガ (80分) 大塚				
21:00～22:00 小顔リフトピラティス (80分) 内田	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 安藤	21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 飯島				

【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)