徳島店【7月１日～7月８日スケジュール】

2024年 6月　15日更新

	7月　1日(月)	7月　2日(火)	7月　3日(水)	7月　4日(木)	7月　5日(金)	7月　6日(土)	7月　7日(日)	7月　8日(月)
9:00								
10:00		10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 岩田	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 中筋		10:30～11:30 スタンダード60 龍野	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 岩田	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 龍野	
11:00								
12:00		12:15～13:15 スタンダード60 龍野	12:15～13:15 ココロカラダリセットﾖｶﾞ 橋		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 中筋	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 岩田	12:15～13:15 ホットピラティス 橋	
13:00								
14:00		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 岩田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 中筋		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 龍野	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 橋	14:00～15:00 スタンダード60 龍野	
15:00								
16:00						15:45～16:45 肩コリラックスヨガ 龍野	15:45～16:45 ダイエットヨガ 橋	
17:00		17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 中筋		17:30～18:30 ダイエットヨガ 橋	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 岩田	17:30～18:30 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ （会員様限定）橋		
18:00								
19:00		19:15～20:15 パワーヨガAdvance （会員様限定）橋	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 龍野	19:15～20:15 スタンダード60 龍野	19:15～20:15 ホットピラティス 橋			
20:00								
21:00		21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 中筋	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 岩田	21:00～22:00 ボールでゆがみとりﾖｶﾞ 橋	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 岩田			
22:00								

定休日　　定休日

徳島店【7月９日～7月１５日スケジュール】

	7月　9日(火)	7月　10日(水)	7月　11日(木)	7月　12日(金)	7月　13日(土)	7月　14日(日)	7月　15日(月)
9:00							
10:00	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 橋	10:30～12:00 アドバンス90 （会員様限定） 中筋		10:30～11:30 スタンダード60 龍野	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 中筋	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 龍野	
11:00							
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 龍野	12:45～13:45 リンパデトックスヨガ 橋		12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 中筋	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 岩田	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 中筋	
13:00							
14:00	14:00～15:00 ホットピラティス 橋			14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 龍野	14:00～15:00 ダイエットヨガ 橋	14:00～15:00 ココロカラダリセットﾖｶﾞ 橋	
15:00							
16:00					15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 中筋	15:45～16:45 スタンダード60 中筋	
17:00	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 龍野	17:30～18:30 ダイエットヨガ 橋	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 中筋	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 岩田	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 岩田		
18:00							
19:00	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 中筋	19:15～20:15 スタンダード60 龍野	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 龍野	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 橋			
20:00							
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 中筋	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 龍野	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 中筋	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 岩田			
22:00							

定休日

【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）

◆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♪

徳島店【7月16日～7月23日スケジュール】

	7月 16日(火)	7月 17日(水)	7月 18日(木)	7月 19日(金)	7月 20日(土)	7月 21日(日)	7月 22日(月)	7月 23日(火)
9:00								
10:00	10:30～11:30 ダイエットヨガ 橋	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 岩田		10:30～11:30 スタンダード60 龍野	10:30～11:15 ピラティスブートキャンプ 高木	10:30～11:30 ココロカラダリセットﾖｶﾞ 橋		10:30～11:30 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ （会員様限定）橋
11:00								
12:00	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 岩田	12:15～13:15 ホットピラティス 橋		12:15～13:15 ダイエットヨガ 橋	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 岩田	12:15～13:15 スタンダード60 龍野		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 橋
13:00								
14:00	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 橋	14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 岩田		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 龍野	14:00～15:00 スタンダード60 龍野	14:00～15:30 EXパワーヨガ （会員様限定） 橋	定 休 日	14:00～15:00 背中美人 龍野
15:00					15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 高木			
16:00						16:15～17:15 背中美人 龍野		
17:00	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 岩田		17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 岩田	17:30～18:30 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ （会員様限定）高木	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 岩田			17:30～18:30 スタンダード60 龍野
18:00								
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 龍野	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 龍野	19:15～20:00 ピラティスブートキャンプ 高木	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 岩田				19:15～20:00 ピラティスブートキャンプ 高木
20:00								
21:00	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 龍野	21:00～22:00 スタンダード60 龍野	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 橋	21:00～21:45 ピラティスブートキャンプ 高木				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 高木
22:00								

徳島店【7月24日～7月31日スケジュール】

	7月 24日(水)	7月 25日(木)	7月 26日(金)	7月 27日(土)	7月 28日(日)	7月 29日(月)	7月 30日(火)	7月 31日(水)
9:00								
10:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 橋		10:30～11:15 ピラティスブートキャンプ 高木	10:30～11:30 スタンダード60 龍野	10:30～11:30 背中美人 龍野		10:30～11:30 ホットピラティス 橋	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 高木
11:00								
12:00	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 高木		12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 岩田	12:15～13:15 ダイエットヨガ 橋	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 岩田		12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 高木	12:15～13:15 背中美人 龍野
13:00								
14:00			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 高木	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 龍野	14:00～15:00 スタンダード60 龍野	定 休 日	14:00～15:00 ボールでゆがみとりﾖｶﾞ 橋	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 高木
15:00								
16:00				15:45～16:45 もも尻ヨガティス 高木	15:45～16:45 腸活ヨガ ver.2 岩田			
17:00	17:30～18:30 背中美人 龍野	17:30～18:15 ピラティスブートキャンプ 高木	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 橋	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 橋			17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 岩田	17:30～18:30 ホットピラティス 橋
18:00								
19:00	19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 岩田	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ 岩田	19:15～20:15 背中美人 龍野				19:15～20:15 スタンダード60 龍野	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 岩田
20:00								
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 岩田	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 高木	21:00～22:00 パワーヨガAdvance （会員様限定）橋				21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 岩田	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 岩田
22:00								