

広島店【8月1日～8月8日スケジュール】

2024年7月25日更新

|       | 8月1日(木)                                | 8月2日(金)                               | 8月3日(土)                                | 8月4日(日)                                          | 8月5日(月)     | 8月6日(火) | 8月7日(水)                                   | 8月8日(木)                                 |                                                 |
|-------|----------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------|---------|-------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------|
| 9:00  |                                        |                                       |                                        |                                                  | 定<br>休<br>日 |         |                                           |                                         |                                                 |
| 10:00 |                                        | 10:30~11:30<br>リンパデトックスヨガ<br>小谷       | 10:30~11:30<br>はじめてのハワーヨガ<br>(会員様限定)本池 | 10:30~11:30<br>アロマリラクゼーション<br>HERBAL RELAX<br>本池 |             |         | 10:30~11:30<br>セルトル美脚ヨガ<br>本池             | 10:30~11:30<br>スタンダード60<br>小谷           |                                                 |
| 11:00 |                                        |                                       |                                        |                                                  |             |         |                                           |                                         |                                                 |
| 12:00 |                                        | 12:15~13:15<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>船山 | 12:15~13:15<br>リンパデトックスヨガ<br>小谷        | 12:15~13:15<br>Sound Feel Yoga ver.2<br>内田       |             |         | 12:15~13:15<br>リンパデトックスヨガ<br>小谷           | 12:15~13:45<br>アドバンス90<br>(会員様限定)<br>内田 |                                                 |
| 13:00 |                                        |                                       |                                        |                                                  |             |         |                                           |                                         |                                                 |
| 14:00 |                                        | 14:00~15:00<br>スタンダード60<br>船山         | 14:00~15:00<br>背中美人ヨガ<br>本池            | 14:00~15:00<br>スタンダード60<br>小谷                    |             |         | 14:00~15:00<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>本池 |                                         |                                                 |
| 15:00 |                                        |                                       |                                        |                                                  |             |         |                                           |                                         |                                                 |
| 16:00 |                                        |                                       | 15:45~16:45<br>ホットピラティス<br>船山          | 15:45~16:45<br>肩コリラクゼーション<br>本池                  |             |         |                                           |                                         |                                                 |
| 17:00 |                                        |                                       |                                        |                                                  |             |         |                                           |                                         |                                                 |
| 18:00 | 17:30~18:30<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>本池 | 17:30~18:30<br>スリムアッププレス<br>内田        | 17:30~18:30<br>腸活ヨガ ver.2<br>船山        |                                                  |             |         | 17:30~18:15<br>ピラティスブートキャンプ<br>内田         | 17:30~18:30<br>腸活ヨガ ver.2<br>船山         | 17:30~18:30<br>アロマリラクゼーション<br>FRUITY DIET<br>本池 |
| 19:00 | 19:15~20:15<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>船山  | 19:15~20:15<br>スタンダード60<br>小谷         |                                        |                                                  |             |         | 19:15~20:15<br>ホットピラティス<br>船山             | 19:15~20:15<br>背中美人ヨガ<br>本池             | 19:15~20:00<br>ピラティスブートキャンプ<br>内田               |
| 20:00 |                                        |                                       |                                        |                                                  |             |         |                                           |                                         |                                                 |
| 21:00 | 20:50~21:50<br>セルトル美脚ヨガ<br>本池          | 20:50~21:50<br>骨盤矯正ヨガ<br>内田           |                                        |                                                  |             |         | 20:50~21:50<br>全身ととのう<br>寝たまんまヨガ<br>内田    | 20:50~21:50<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>船山   | 20:50~21:50<br>スタンダード60<br>小谷                   |
| 22:00 |                                        |                                       |                                        |                                                  |             |         |                                           |                                         |                                                 |

広島店【8月9日～8月15日スケジュール】

|       | 8月9日(金)                                                | 8月10日(土)                                 | 8月11日(日)                        | 8月12日(月) | 8月13日(火)                                | 8月14日(水)                                  | 8月15日(木)                                   |
|-------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------|----------|-----------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 9:00  |                                                        |                                          |                                 |          |                                         |                                           |                                            |
| 10:00 |                                                        |                                          |                                 |          | 10:30~11:30<br>全身ととのう<br>寝たまんまヨガ<br>内田  | 10:30~11:30<br>スリムアッププレス<br>内田            |                                            |
| 11:00 | 10:30~11:30<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>本池                | 10:30~11:30<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>船山    | 10:30~11:30<br>腸活ヨガ ver.2<br>船山 |          |                                         |                                           |                                            |
| 12:00 | 12:15~13:00<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の旗音申Edition<br>内田 | 12:15~13:15<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定)本池 | 12:15~13:15<br>スタンダード60<br>小谷   |          | 12:15~13:15<br>腸活ヨガ ver.2<br>船山         | 12:15~13:15<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>本池 |                                            |
| 13:00 |                                                        |                                          |                                 |          |                                         |                                           |                                            |
| 14:00 | 14:00~15:00<br>はじめてのハワーヨガ<br>(会員様限定)本池                 | 14:00~15:00<br>腸活ヨガ ver.2<br>船山          | 14:00~15:00<br>ホットピラティス<br>船山   |          | 14:00~14:45<br>ピラティスブートキャンプ<br>内田       | 14:00~15:00<br>骨盤矯正ヨガ<br>内田               |                                            |
| 15:00 |                                                        |                                          |                                 |          |                                         |                                           |                                            |
| 16:00 |                                                        | 15:45~16:45<br>スタンダード60<br>小谷            | 15:45~16:45<br>リンパデトックスヨガ<br>小谷 |          |                                         |                                           |                                            |
| 17:00 |                                                        |                                          |                                 |          |                                         |                                           |                                            |
| 18:00 | 17:30~18:30<br>ホットピラティス<br>船山                          | 17:30~18:30<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>本池   |                                 |          | 17:30~18:30<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>本池 |                                           | 17:30~18:30<br>スタンダード60<br>小谷              |
| 19:00 | 19:15~20:15<br>全身ととのう<br>寝たまんまヨガ<br>内田                 |                                          |                                 |          | 19:15~20:15<br>スタンダード60<br>船山           | 19:15~20:15<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>船山     | 19:15~20:15<br>Sound Feel Yoga ver.2<br>内田 |
| 20:00 |                                                        |                                          |                                 |          |                                         |                                           |                                            |
| 21:00 | 20:50~21:50<br>腸活ヨガ ver.2<br>船山                        |                                          |                                 |          | 20:50~21:50<br>はじめてのハワーヨガ<br>(会員様限定)本池  | 20:50~21:50<br>リンパデトックスヨガ<br>小谷           | 20:50~21:50<br>ホットピラティス<br>船山              |
| 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1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1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▶



