

徳島店【9月1日～9月8日レッスンスケジュール】

2024年8月16日更新

	9月 1日(日)	9月 2日(月)	9月 3日(火)	9月 4日(水)	9月 5日(木)	9月 6日(金)	9月 7日(土)	9月 8日(日)	
9:00		定 休 日							
10:00									
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 龍野			10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 龍野	10:30～11:30 ダイエットヨガ 橋		10:30～11:30 リンパドレッシング 高木	10:30～11:30 背中美人ヨガ 龍野	10:30～11:30 全身とどのう 寝たまんまヨガ 橋
12:00									
13:00	12:15～13:15 ホットピラティス 高木			12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 高木	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 スタンダード60 龍野	12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 高木	12:15～13:15 属活ヨガ ver.2 岩田
14:00	14:00～15:00 背中美人ヨガ 龍野			14:00～15:00 スタンダード60 龍野	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 橋		14:00～15:00 もも尻ヨガティス 高木	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 岩田	14:00～15:00 ダイエットヨガ 橋
15:00									
16:00	15:45～16:45 リンパドレッシング 高木							15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 高木	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 岩田
17:00									
18:00			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 高木		17:30～18:30 背中美人ヨガ 龍野	17:30～18:30 属活ヨガ ver.2 岩田	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 岩田		
19:00									
20:00			19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 岩田	19:15～20:15 スタンダード60 龍野	19:15～20:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)高木	19:15～20:15 ホットピラティス 橋			
21:00			21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 岩田	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 高木	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 龍野	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 岩田			
22:00									

徳島店【9月9日～9月15日スケジュール】

	9月 9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)	9月15日(日)
9:00							
10:00							
11:00		10:30～11:30 スタンダード60 龍野	10:30～11:30 背中美人ヨガ 龍野		10:30～11:30 ホットピラティス 高木	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 高木	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 橋
12:00							
13:00		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 岩田	12:15～13:15 リンパドレッシング 高木		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 龍野	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 岩田	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 高木
14:00		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 龍野			14:00～15:00 リンパドレッシング 高木	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 高木	14:00～15:30 EX/パワーヨガ (会員様限定)橋
15:00							
16:00						15:45～16:45 スタンダード60 岩田	16:15～17:00 ピラティスブートキャンプ 高木
17:00							
18:00		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 ココロカラダリセットヨガ 橋	17:30～18:15 ピラティスブートキャンプ 高木	17:30～18:30 スタンダード60 龍野	17:30～18:30 背中美人ヨガ 龍野	
19:00							
20:00		19:15～20:15 ダイエットヨガ 橋	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 岩田	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 龍野	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 岩田		
21:00		21:00～22:00 ホールでゆがみとり 橋	21:00～22:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)橋	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 龍野	21:00～22:00 属活ヨガ 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 ※受付時間以外に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。

レッスンのWEB予約はこちらから▶

◆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。



徳島店【9月16日～9月23日スケジュール】

	9月16日(月)	9月17日(火)	9月18日(水)	9月19日(木)	9月20日(金)	9月21日(土)	9月22日(日)	9月23日(月)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:30 スタンダード60 龍野	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 岩田		10:30～11:30 はじめての「ハワ」功 (会員様限定)高木	10:30～11:30 スタンダード60 龍野	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 高木	
12:00								
13:00		12:15～13:15 ダイエットヨガ 橋	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 龍野		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 中筋	12:15～13:15 背中美人ヨガ 高木	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 岩田	
14:00		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 龍野	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 岩田		14:00～15:00 ホットピラティス 高木	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 龍野	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 高木	
15:00	定 休 日							
16:00						15:45～16:30 ピラティスフットキャンプ 高木	15:45～16:45 腸活ヨガ ver.2 岩田	
17:00								
18:00		17:30～18:30 ホットピラティス 橋			17:30～18:30 背中美人ヨガ 龍野	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 龍野	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 龍野	
19:00								
20:00		19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 岩田	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)橋	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 橋	19:15～20:00 BEAT CORE HIT 中筋			
21:00		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ガ 橋	21:00～21:45 ピラティスフットキャンプ 高木	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 龍野			
22:00								
								定 休 日

徳島店【9月24日～9月30日スケジュール】

	9月24日(火)	9月25日(水)	9月26日(木)	9月27日(金)	9月28日(土)	9月29日(日)	9月 30日(月)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:15 ピラティスフットキャンプ 高木	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)橋		10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 橋	10:30～11:15 ピラティスフットキャンプ 高木	10:30～11:30 スタンダード60 橋	
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 スタンダード60 龍野		12:15～13:15 背中美人ヨガ 龍野	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 Sound Feel Yoga ver.2 岩田	
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 スタンダード60 橋	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 龍野	14:00～15:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 橋	
15:00							定 休 日
16:00					15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 高木	16:15～17:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 龍野	
17:00							
18:00	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 岩田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 高木	17:30～18:30 ダイエットヨガ 橋	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 岩田	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 岩田		
19:00	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 龍野	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 岩田	19:15～20:15 ホットピラティス 高木	19:15～20:00 ピラティスフットキャンプ 高木			
20:00							
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 龍野	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 高木	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 龍野	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 岩田			
22:00							