

旭川店【2月1日～2月8日スケジュール】

2025年1月16日更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30~11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分)	10:30~11:30 ホットピラティス (80分)	定休日	10:30~11:30 セルトル美脚ヨガ (80分)	10:30~11:30 スタンダード80 (80分)		10:30~11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分)	10:30~11:30 小顔リフトピラティス (80分)
勝本	佐藤		勝本	佐藤		Misako	佐藤
12:15~13:15	12:15~13:15		12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (80分)	12:15~13:00 BEAT CORE HIT (45分)		12:15~13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分)	12:15~13:15 エアロビヨガ (80分)
パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分)		Misako	青木		青木	青木
勝本	勝本		14:00~15:30 アドバンス80 (会員様限定)(80分)	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分)		14:00~14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	14:00~15:00 オトナのための オールインヨガ(80分)
14:00~15:00	14:00~15:00		Misako	青木		Misako	勝本
お腹引き締めヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)						15:45~16:45 リンパデトックスヨガ (80分)
青木	佐藤						佐藤
15:45~16:45	15:45~16:45						17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ (80分)
子宮温活ヨガ (80分)	パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分)						勝本
青木	勝本						
17:30~18:30							
花粉症スッキリヨガ (80分)							
勝本							
			17:30~18:30 スタンダード80 (80分)		17:30~18:30 お腹引き締めヨガ (80分)	17:30~18:30 オトナのための オールインヨガ(80分)	
			佐藤		青木	勝本	
			19:15~20:15 花粉症スッキリヨガ (80分)	19:15~20:15 ホットピラティス (80分)	19:15~20:15 小顔リフトピラティス (80分)	19:15~20:15 お腹引き締めヨガ (80分)	
			勝本	佐藤	佐藤	青木	
			21:00~21:45 ピラティス ブートキャンプ(45分)	21:00~22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	21:00~22:00 金身ととのう 寝たまんまヨガ(80分)	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分)	
			佐藤	勝本	青木	勝本	

旭川店【2月9日～2月16日スケジュール】

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30~11:30 オトナのための オールインヨガ(80分)	定休日	10:30~11:30 スタンダード80 (80分)	10:30~11:15 ピラティス ブートキャンプ(45分)		10:30~11:30 お腹引き締めヨガ (80分)	10:30~11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	10:30~11:30 花粉症スッキリヨガ (80分)	
勝本		Misako	佐藤		青木	勝本	勝本	
12:15~13:15		12:15~13:15	12:15~13:15 ホットピラティス (80分)	12:15~13:15 金身ととのう 寝たまんまヨガ(80分)		12:15~13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	12:15~13:15 小顔リフトピラティス (80分)	11:50~12:35 BEAT CORE HIT (45分)
スタンダード80 (80分)		佐藤	佐藤	松本		Misako	佐藤	青木
14:00~15:00		14:00~15:00	14:00~14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)			14:00~15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分)	14:00~15:00 子宮温活ヨガ (80分)	12:55~13:55 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分)
セルトル美脚ヨガ (80分)		勝本	Misako			Misako	青木	勝本
15:45~16:45		15:45~16:45	15:45~16:45 スタンダード80 (80分)				15:45~16:45 スタンダード80 (80分)	14:15~15:00 ピラティス ブートキャンプ(45分)
ホットピラティス (80分)		佐藤	佐藤				佐藤	佐藤
			17:30~18:30 オトナのための オールインヨガ(80分)				17:30~18:30 お腹引き締めヨガ (80分)	
			勝本				青木	
				17:30~18:30 エアロビヨガ (80分)	17:30~18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分)	17:30~18:15 ピラティス ブートキャンプ(45分)		
				青木	青木	佐藤		
				19:15~20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	19:15~20:15 スタンダード80 (80分)	19:15~20:15 子宮温活ヨガ (80分)		
				勝本	青木	青木		
			21:00~22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分)	21:00~22:00 セルトル美脚ヨガ (80分)	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ (80分)			
			青木	勝本	佐藤			

- ◆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



旭川店【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年1月16日更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24	
月	火	水	木	金	土	日	月	
定休日	10:30～11:30 エアロピヨガ (80分) 青木	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 勝本		10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (80分) 勝本	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 勝本	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 佐藤		
	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 勝本	12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 青木		12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) Misako	12:15～13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分) 勝本	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 瀬上		
	14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 青木	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 松本		14:00～15:00 スタンダード80 (80分) Misako	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 佐藤	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 佐藤		
						15:45～16:30 BEAT CORE HIT (45分) 青木	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 瀬上	
						17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 佐藤		定休日
	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 瀬上		17:30～18:30 ホットピラティス (80分) 佐藤	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 佐藤				
	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 佐藤	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 青木	19:15～20:15 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX(80分) 瀬上	19:15～20:15 小顔リフトピラティス (80分) 佐藤				
	21:00～22:00 肩コリラクセスヨガ (80分) 瀬上	21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 瀬上	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 佐藤	21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (80分) 青木				

旭川店【2月25日～2月28日スケジュール】

02/25	02/26	02/27	02/28
火	水	木	金
10:30～11:30 スタンダード80 (80分) Misako	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 佐藤		10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) Misako
12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 瀬上	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 瀬上		12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET(80分) Misako
14:00～15:30 アドバンス90 (会員様限定) (90分) Misako			14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分) 勝本
17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 青木	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (80分) 勝本	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 佐藤	17:30～18:15 BEAT CORE HIT (45分) 青木
19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 勝本	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 青木	19:15～20:15 エアロピヨガ (80分) 青木	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 青木
21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 青木	21:00～22:00 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST(80分) 勝本	21:00～22:00 小顔リフトピラティス (80分) 佐藤	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 勝本

【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)