

旭川店【3月1日～3月8日スケジュール】

2025年2月16日更新

03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30～11:30 ホットピラティス (80分) 佐藤	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 勝本	定休日	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 勝本	10:30～11:30 肩こりリラックスヨガ (80分) 漙上		10:30～11:30 スタンダード80 (80分) Misako	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分) 佐藤	
12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 青木	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 勝本		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 お腹引き締めヨガ (80分) 青木		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 佐藤	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 勝本	
14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分) 漙上	14:00～15:00 肩こりリラックスヨガ (80分) 漙上		14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 漙上	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 漙上		14:00～15:30 アパランス80 (会員様限定)(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	
15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 佐藤	15:45～16:30 ピラティス ブートキャンプ(45分) 佐藤						15:45～16:45 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分) 勝本	
17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 漙上							17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (80分) 青木	
				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (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) 漙上	
				19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 漙上	19:15～20:15 ホットピラティス (80分) 青木	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 勝本	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 佐藤	
				21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 青木	21:00～22:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 勝本	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 漙上	21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 漙上	

旭川店【3月9日～3月16日スケジュール】

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30～11:30 エアロピヨガ (80分) 青木	定休日	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 佐藤	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 勝本		10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 漙上	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 漙上	10:30～11:30 オトナののための オールインヨガ(80分) 勝本
12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 漙上		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 佐藤	12:15～13:15 ホットピラティス (80分) 漙上		12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) Misako	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 佐藤	12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 漙上
14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 青木		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 勝本			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) Misako	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 漙上	14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分) 勝本
15:45～16:45 背中美人ヨガ (80分) 漙上						15:45～16:45 オトナののための オールインヨガ(80分) 勝本	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 漙上
						17:30～18:30 ホットピラティス (80分) 佐藤	
			17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 勝本	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 青木	17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (80分) 青木	17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 佐藤	
			19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 漙上	19:15～20:00 ピラティス ブートキャンプ(45分) 佐藤	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 勝本	19:15～20:15 肩こりリラックスヨガ (80分) 漙上	
			21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 漙上	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 佐藤	21:00～22:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分) 勝本	21:00～21:45 ピラティス ブートキャンプ(45分) 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【3月17日～3月24日スケジュール】

2025年2月16日更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分)	10:30～11:30 ホットピラティス (80分)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分)	
	12:15～13:00 ピラティス ブートキャンプ (45分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (80分)	12:15～13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分)	
	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	14:00～15:00 背中美人ヨガ (80分)	14:00～15:00 エアロピヨガ (80分)	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	
			15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ (80分)		15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (80分)	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	
			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分)		17:30～18:30 ホットピラティス (80分)		
	17:30～18:30 ホットピラティス (80分)			17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分)			
	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (80分)		19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分)			
	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 (80分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)		21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分)			

旭川店【3月25日～3月31日スケジュール】

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
火	水	木	金	土	日	月
10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	10:30～11:30 ホットピラティス (80分)	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	
12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (80分)	12:15～13:15 エアロピヨガ (80分)		12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (80分)	12:15～13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分)	
14:00～15:00 スタンダード80 (80分)			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	14:00～15:00 ホットピラティス (80分)	
				15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	15:45～16:45 肩こりリラックスヨガ (80分)	
				17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)		
17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分)	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分)	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)	17:30～18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)			
19:15～20:15 エアロピヨガ (80分)	19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (80分)	19:15～20:00 ピラティス ブートキャンプ (45分)	19:15～20:15 スタンダード80 (80分)			
21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分)	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (80分)			

【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)