

自由が丘店【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 もも尻ヨガティス (80分) 君島	10:30~11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 齊藤	定休日	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 秋元	10:30~11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 齊藤		10:30~11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 齊藤	10:30~11:30 肩コリラックスヨガ (80分) 君島
12:15~13:15 スタンダード80 (80分) 秋元	12:15~13:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 望月		12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 望月	12:15~13:15 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 齊藤		みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 君島	BEAT CORE HIT (45分) 君島
14:00~15:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 齊藤	14:30~15:30 EVAパワーヨガ (会員様限定)(80分) 齊藤		14:00~15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 望月			14:00~15:00 スリムアッププレス (80分) 齊藤	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 望月
15:45~16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 君島	16:15~17:15 エアロピヨガ (80分) 望月						15:45~16:45 ホットピラティス (80分) 望月
17:30~18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 齊藤			17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 小山	17:30~18:30 肩コリラックスヨガ (80分) 君島	17:30~18:30 お腹引き締めヨガ (80分) 望月	17:30~18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 望月	17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 秋元
			19:15~20:15 もも尻ヨガティス (80分) 君島	19:15~20:15 スタンダード80 (80分) 小山	19:15~20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 秋元	19:15~20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 秋元	
			21:00~22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 君島	21:00~21:45 背中美人ヨガ (80分) 君島	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 望月	21:00~22:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 望月	

自由が丘店【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 背中美人ヨガ (80分) 齊藤	定休日	10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 小山	10:30~11:30 ホットピラティス (80分) 君島		10:30~11:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 秋元	10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 小山	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 秋元
12:15~13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 君島		12:15~13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 君島	12:15~13:00 ピラティス プートキヤング(45分) 齊藤		12:15~13:15 スタンダード80 (80分) 秋元	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 秋元	12:15~13:00 BEAT CORE HIT (45分) 君島
14:00~15:00 背盤矯正ヨガ (80分) 齊藤		14:00~15:00 背中美人ヨガ (80分) 君島	14:00~15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 齊藤		14:00~15:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 望月	14:00~15:00 エアロピヨガ (80分) 望月	14:00~15:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 齊藤
15:45~16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 君島						15:45~16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 望月	15:45~16:45 ホットピラティス (80分) 君島
			17:30~18:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 望月	17:00~18:00 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 齊藤	17:30~18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 君島	17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 秋元	
			19:15~20:15 スタンダード80 (80分) 秋元	19:15~20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 望月	18:45~19:45 花粉症スッキリヨガ (80分) 齊藤	19:15~20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 齊藤	
			21:00~22:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 望月	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 望月	20:30~22:00 アドバンス90 (会員様限定)(80分) 君島	21:00~22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 齊藤	

- ◆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



自由が丘店【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	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT (45分) 君島	10:30～11:30 スタンダード80 (60分) 小山	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 齊藤	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 大関	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 秋元	10:30～11:30 スタンダード80 (60分) 小山	定休日
	12:15～13:15 全身とどう 妻たまんまヨガ (60分) 君島	12:15～13:45 アドニス90 (会員権限定) (90分) 大関	12:15～13:15 スタンダード80 (60分) 小山	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 大関	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 君島	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 君島	
	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 秋元		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 秋元	14:00～15:00 スタンダード80 (60分) 小山	14:00～15:00 肩こりリラックスヨガ (60分) 齊藤	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT (45分) 君島	
			15:45～16:45 ピラティス ブートキャンプ (45分) 齊藤		15:45～16:45 スタンダード80 (60分) 小山	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 秋元	
	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 齊藤	17:30～18:30 スリムアッププレス (60分) 君島	17:30～18:15 リンパデトックスヨガ (60分) 秋元	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 君島	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 齊藤		
	19:15～20:15 背中美人ヨガ (60分) 齊藤	19:15～20:15 オトナのための オールインヨガ (60分) 齊藤		19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 秋元			
	21:00～22:00 スタンダード80 (60分) 小山	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 齊藤		21:00～22:00 もも尻ヨガティス (60分) 君島			

自由が丘店【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
10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 齊藤	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 齊藤		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 大関	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 秋元	10:30～11:30 もも尻ヨガティス (60分) 君島	定休日
12:15～13:15 ホットピラティス (60分) 君島	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 秋元		12:15～13:15 スタンダード80 (60分) 小山	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 秋元	12:15～13:15 オトナのための オールインヨガ (60分) 齊藤	
14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 齊藤	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 齊藤		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 秋元	14:00～15:00 スタンダード80 (60分) 小山	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 秋元	
				15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 齊藤	15:45～16:45 スリムアッププレス (60分) 君島	
17:00～18:00 肩こりリラックスヨガ (60分) 君島		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 君島	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 齊藤	17:30～18:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 齊藤		
18:45～19:45 スタンダード80 (60分) 小山	19:15～20:15 背中美人ヨガ (60分) 君島	19:15～20:15 ホットピラティス (60分) 君島	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 齊藤			
20:30～22:00 EX/パワーヨガ (会員権限定) (90分) 君島	21:00～22:00 全身とどう 妻たまんまヨガ (60分) 君島	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 秋元	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) 君島			

【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)