

水戸店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年11月16日更新

12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30～11:30 もも原ヨガティス (90分) 高橋	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (90分) 川西	10:30～11:30 美ボティフロー ピラティス (90分) 石田		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (90分) 高橋	10:30～12:00 アドバンス80 (会員様限定) (90分) 高橋	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (90分) 石田	
12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (90分) 川西		12:15～13:00 ピラティス フットキャンブ (45分) 大関	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (90分) 石田		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (90分) 川西	12:45～13:30 ピラティス フットキャンブ (45分) 大関	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (90分) 川西	
14:00～15:00 美ボティフロー ピラティス (90分) 石田		14:00～15:00 免疫セラピーヨガ (90分) 川西			14:00～15:00 もも原ヨガティス (90分) 高橋	14:15～15:15 オトナのための オールインワンヨガ (90分) 大関	14:00～14:45 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 石田	
15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (90分) 高橋						15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (90分) 富田	15:45～16:45 ホットピラティス (90分) 川西	
							17:30～18:30 スリムアッププレス (90分) 石田	
			17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (90分) 高橋	17:30～18:30 セトル美脚ヨガ (90分) 富田	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ (90分) 富田	17:30～18:30 スタンダード80 (90分) 富田		
			19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ (90分) 大関	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (90分) 高橋	19:15～20:15 背中美人ヨガ (90分) 高橋	19:15～20:00 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 大関		
			21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (90分) 高橋	21:00～22:00 もも原ヨガティス (90分) 高橋	21:00～22:00 子音温活ヨガ (90分) 富田	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (90分) 大関		

水戸店【12月9日～12月16日スケジュール】

12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30～11:30 ホットピラティス (90分) 川西	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (90分) 石田		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (90分) 高橋	10:20～10:30 女性のための栄養学 プチ講座(10分) 高橋	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (90分) 石田	定休日
	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (90分) 石田	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ (90分) 大関		12:15～13:15 スタンダード80 (90分) 川西	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (90分) 高橋	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (90分) 富田	
	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ (90分) 川西	14:00～14:45 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 大関		14:00～15:00 背中美人ヨガ (90分) 高橋	12:05～12:15 タンパク質と美容の関係 プチ講座(10分) 石田	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (90分) 石田	
					12:15～13:15 ステップアップアサナWS 石田	15:45～16:45 スタンダード80 (90分) 富田	
					14:20～14:30 健康な体づくりの基本 プチ講座(10分) 川西		
					14:30～15:30 フェスタ特別レッスン① 川西		
	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (90分) 高橋		17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ (90分) 大関	17:30～18:30 スリムアッププレス (90分) 石田	16:05～16:15 ダイエットと食事 プチ講座(10分) 大関		
	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (90分) 石田	19:15～20:15 ホットピラティス (90分) 高橋	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (90分) 高橋	19:15～20:00 ピラティス フットキャンブ (45分) 大関	16:15～17:15 フェスタ特別レッスン② 大関		
	21:00～22:00 背中美人ヨガ (90分) 高橋	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (90分) 高橋	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (90分) 大関	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (90分) 石田			

- ◆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



水戸店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年11月16日更新

12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 川西	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ (80分) 川西		10:30～11:30 スリムアッププレス (80分) 石田	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 富田	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 富田	定休日	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 富田
12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (80分) 石田	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス (80分) 石田		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 富田	12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 石田	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ (80分) 川西		12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 高橋
14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 川西			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 石田	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 富田	14:00～15:00 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 富田		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 富田
				15:45～16:45 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 川西	15:45～16:45 もも尻ヨガティス (80分) 川西		
				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 川西			
17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 高橋	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 高橋	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 石田	17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 高橋				17:30～18:30 もも尻ヨガティス (80分) 川西
19:15～20:15 小顔リフトピラティス (80分) 高橋	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 富田	19:15～20:15 もも尻ヨガティス (80分) 高橋	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ (80分) 川西				19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 富田
21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 石田	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 富田	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 石田	21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 高橋				21:00～22:00 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 川西

水戸店【12月25日～12月31日スケジュール】

12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 石田		10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分) 高橋	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス (80分) 石田	10:30～11:30 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 川西	年末年始休業	年末年始休業
12:15～13:15 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 川西		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 川西	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 富田	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 富田		
14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 石田		14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 高橋	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 富田	14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 川西		
			15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ (80分) 石田	15:30～17:30 108回太陽礼拝 (120分) 高橋		
			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 石田			
	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ (80分) 川西	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 川西				
18:45～19:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 富田	19:15～20:15 背中美人ヨガ (80分) 高橋	19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分) 富田				
20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) (90分) 高橋	21:00～22:00 小顔リフトピラティス (80分) 高橋	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 富田				

【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)