

秋田店【8月1日～8月8日スケジュール】

2024年7月27日更新

	8月1日(木)	8月2日(金)	8月3日(土)	8月4日(日)	8月5日(月)	8月6日(火)	8月7日(水)	8月8日(木)	
9:00					定 休 日				
10:00		10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 与坂	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 遠藤	10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)遠藤			10:30～11:30 スタンダード60 猪島	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 奥原	
11:00									
12:00		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 高橋	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 与坂	12:15～13:15 背中美人ヨガ 遠藤			12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 奥原	12:15～13:15 スタンダード60 猪島	
13:00									
14:00		14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 与坂	14:00～15:00 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ 奥原	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 奥原			14:00～15:00 リンパドレックスヨガ 猪島	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 奥原	
15:00									
16:00			15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ 遠藤	15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 奥原					
17:00									
17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 遠藤	17:30～18:30 背中美人ヨガ 遠藤	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 奥原					17:30～18:30 ホットピラティス 高橋		17:30～18:30 エアロビヨガ 遠藤
18:00									
19:00	19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 高橋	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 奥原					19:15～20:15 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ 奥原	19:15～20:15 スタンダード60 高橋	19:15～20:15 リンパドレックスヨガ 猪島
20:00									
21:00	21:00～21:45 ピラティスブートキャンプ 遠藤	21:00～22:00 リンパドレックスヨガ 奥原					21:00～22:00 ボールでゆがみとりヨガ 高橋	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 高橋	21:00～22:10 ディーププレスヨガ 遠藤
22:00									

秋田店【8月9日～8月15日スケジュール】

	8月9日(金)	8月10日(土)	8月11日(日)	8月12日(月)	8月13日(火)	8月14日(水)	8月15日(木)	
9:00				定 休 日				
10:00	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 高橋	10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 高橋	10:30～11:30 エアロビヨガ 遠藤			10:30～11:30 ホットピラティス 高橋	10:30～11:30 スタンダード60 高橋	
11:00								
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 猪島	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 奥原	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 遠藤			12:15～13:15 リンパドレックスヨガ 高橋	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 奥原	
13:00								
14:00	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 高橋	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 奥原	14:00～15:00 リンパドレックスヨガ 高橋			14:00～15:00 スタンダード60 奥原		
15:00								
16:00		16:45～17:45 リンパドレックスヨガ 猪島	16:45～17:45 ホットピラティス 遠藤					
17:00								
17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 遠藤	17:30～18:30 スタンダード60 猪島					17:30～18:30 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ 奥原	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 奥原	17:30～18:15 ピラティスブートキャンプ 奥原
18:00								
19:00	19:15～20:00 ピラティスブートキャンプ 奥原					19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 遠藤	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 高橋	19:15～20:15 スタンダード60 猪島
20:00								
21:00	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 遠藤					21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 遠藤	21:00～22:00 リンパドレックスヨガ 猪島	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 奥原
22:00								

【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。

◆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。

レッスンのWEB予約はこちらから♪



