

浜松店【1月1日～1月8日スケジュール】

2024年12月16日更新

01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
水	木	金	土	日	月	火	水
年 末 年 始 休 業	年 末 年 始 休 業		10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分) 浅田つぐみ	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 村松寛代	定 休 日	10:30～11:30 もも原ヨガティス (80分) 風間梨紗子	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 鈴木虹帆
			12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 宮下りおな		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (80分) 鈴木虹帆	12:15～13:00 ピラティス ブートキャンプ (45分) 村松寛代
		14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 浅田つぐみ	14:00～15:00 全身ととのう 寝たままヨガ (80分) 浅田つぐみ	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 宮下りおな		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 風間梨紗子	
		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 宮下りおな	15:45～16:45 オトナのための オールインヨガ (80分) 村松寛代			
		17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 宮下りおな	17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 浅田つぐみ				
						17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 村松寛代	17:30～18:30 全身ととのう 寝たままヨガ (80分) 浅田つぐみ
						19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 宮下りおな	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 宮下りおな
						21:00～22:00 美ボディロー ピラティス (80分) 村松寛代	21:00～22:00 小顔リフトピラティス (80分) 浅田つぐみ

浜松店【1月9日～1月16日スケジュール】

01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 エアロヨガ (80分) 浅田つぐみ	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 宮下りおな	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 村松寛代	定 休 日	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 宮下りおな	10:30～11:30 全身ととのう 寝たままヨガ (80分) 浅田つぐみ	
	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 浅田つぐみ	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 宮下りおな		12:15～13:15 小顔リフトピラティス (80分) 浅田つぐみ	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな	
	14:00～15:00 全身ととのう 寝たままヨガ (80分) 浅田つぐみ	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな		14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (80分) 浅田つぐみ	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 宮下りおな	
		15:45～16:45 セルトル 美脚ヨガ (80分) 鈴木虹帆	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 村松寛代				
		17:30～18:30 美ボディロー ピラティス (80分) 村松寛代					
17:30～18:30 セルトル 美脚ヨガ (80分) 鈴木虹帆	17:30～18:30 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 村松寛代					17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 鈴木虹帆	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな
19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 宮下りおな	19:15～20:15 もも原ヨガティス (80分) 村松寛代					19:15～20:15 セルトル 美脚ヨガ (80分) 鈴木虹帆	19:15～20:15 全身ととのう 寝たままヨガ (80分) 浅田つぐみ
21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 宮下りおな	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 鈴木虹帆					21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (80分) 鈴木虹帆	21:00～22:00 オトナのための オールインヨガ (80分) 村松寛代
							21:00～22:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 浅田つぐみ

- ◆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時間前過ぎ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2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



浜松店【1月17日～1月24日スケジュール】

2022年●月●日更新

01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30～11:30 オトナののための オールインワンヨガ(80分) 村松寛代	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 浅田つぐみ	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 村松寛代	定休日	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 風間梨紗子	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分) 浅田つぐみ		10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 浅田つぐみ	
12:15～13:15 ココロカラダ リセットヨガ(80分) 村松寛代	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 風間梨紗子	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 鈴木虹帆		12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 村松寛代	12:15～13:15 オトナののための オールインワンヨガ(80分) 村松寛代		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 宮下りおな	
14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 鈴木虹帆	14:00～15:00 もも原ヨガティス (80分) 風間梨紗子	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 宮下りおな		14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 風間梨紗子			14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 浅田つぐみ	
	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 鈴木虹帆	15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 村松寛代						
	17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (80分) 宮下りおな							
17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 浅田つぐみ					17:30～18:15 BEAT CORE HIT (45分) 浅田つぐみ	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ (80分) 鈴木虹帆	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 宮下りおな	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 村松寛代
19:15～20:15 肩コリラックスヨガ (80分) 鈴木虹帆					19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 鈴木虹帆	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 宮下りおな	19:15～20:15 ホットピラティス (80分) 鈴木虹帆	19:15～20:15 オトナののための オールインワンヨガ(80分) 村松寛代
21:00～22:00 エアロビヨガ (80分) 浅田つぐみ					21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 鈴木虹帆	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 鈴木虹帆	21:00～21:45 ピラティス ブートキャンプ(45分) 村松寛代	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 鈴木虹帆

浜松店【1月25日～1月31日スケジュール】

01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31	
土	日	月	火	水	木	金	
10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 村松寛代	10:30～11:30 エアロビヨガ (80分) 浅田つぐみ	定休日	10:30～11:30 もも原ヨガティス (80分) 風間梨紗子	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 宮下りおな		10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分) 浅田つぐみ	
12:15～13:15 ホットピラティス (80分) 鈴木虹帆	12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 村松寛代		12:15～13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 宮下りおな	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 浅田つぐみ	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 村松寛代		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 宮下りおな
14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 鈴木虹帆	14:00～15:00 小顔リフトピラティス (80分) 浅田つぐみ		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 風間梨紗子	14:00～15:00 リンパドレナージュ (80分) 宮下りおな	14:00～15:00 BEAT CORE HIT (45分) 浅田つぐみ		14:00～14:45 スタンダード80 (80分) 浅田つぐみ
15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (80分) 宮下りおな	15:45～16:45 美ボディブロー ピラティス(80分) 村松寛代						
17:30～18:30 オトナののための オールインワンヨガ(80分) 村松寛代							
				17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分) 浅田つぐみ		17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 鈴木虹帆	17:30～18:30 ホットピラティス (80分) 鈴木虹帆
				19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 鈴木虹帆	19:15～20:15 オトナののための オールインワンヨガ(80分) 村松寛代	19:15～20:00 ピラティス ブートキャンプ(45分) 村松寛代	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 宮下りおな
				21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (80分) 鈴木虹帆	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 鈴木虹帆	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 鈴木虹帆	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 宮下りおな

【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)