

上里店【12月1日～12月8日スケジュール】

2019年 11月 15日更新

	12月 1日(日)	12月 2(月)	12月 3(火)	12月 4(水)	12月 5(木)	12月 6(金)	12月 7(土)	12月 8(日)
9:00								
10:00	10:00～11:00 SUMO YOGA 青木		10:00～11:00 フェイスアップヨガ 青木	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 丹羽	10:00～11:00 スタンダード 丹羽	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 木村	10:00～11:00 Sound Feel Yoga 木村	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 青木
11:00								
12:00	12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 木村		12:00～13:00 スタンダード60 山口	12:00～12:45 Beat Drum Diet 丹羽	12:00～13:00 はじめてのパーソナル (会員様限定)青木	12:00～13:00 SUMO YOGA 青木	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村	12:00～13:00 青中美人ヨガ 丹羽
13:00								
14:00	14:00～15:00 DEEP RELAX 60 青木				14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 丹羽		14:00～14:45 Beat Drum Diet 丹羽	14:00～15:00 スタンダード60 山口
15:00								
16:00	16:00～17:00 スタンダード 山口		18:00～19:00 骨盤矯正ヨガ 木村				16:00～17:00 スタンダード60 山口	16:00～17:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 丹羽
17:00								
18:00			18:00～19:00 骨盤矯正ヨガ 木村				18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 丹羽	
19:00				19:00～20:00 スタンダード60 木村	19:00～20:00 フェイスアップヨガ 青木	19:00～20:00 リンパデトックスヨガ 丹羽		
20:00			19:30～20:30 青中美人ヨガ 丹羽					
21:00			20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村	20:50～21:50 肩コリラックスヨガ 木村	20:50～21:50 Sound Feel Yoga 木村	20:50～21:50 スタンダード60 丹羽		
22:00								

定休日

上里店【12月9日～12月15日スケジュール】

	12月 9日(月)	12月 10日(火)	12月 11日(水)	12月 12日(木)	12月 13日(金)	12月 14日(土)	12月 15日(日)
9:00							
10:00	10:00～11:00 青中美人ヨガ 丹羽	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 山口		10:00～11:00 スタンダード60 木村	10:00～11:00 フェイスアップヨガ 木村	10:00～11:00 SUMO YOGA 青木	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 木村
11:00							
12:00	12:00～13:00 スタンダード60 丹羽	12:00～13:00 Sound Feel Yoga 木村	12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 木村	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 木村	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 丹羽	12:00～13:00 スタンダード60 山口	
13:00							
14:00				14:00～15:00 DEEP RELAX 60 青木		14:00～15:00 スタンダード60 山口	14:00～14:45 Beat Drum Diet 丹羽
15:00							
16:00			18:00～19:00 フェイスアップヨガ 木村			16:00～17:00 青中美人ヨガ 丹羽	16:00～17:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 山口
17:00							
18:00					19:00～20:00 スタンダード60 丹羽	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 山口	
19:00			19:30～20:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 山口				
20:00							
21:00			20:50～21:50 肩コリラックスヨガ 木村	20:50～21:50 SUMO YOGA 青木	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 丹羽	20:50～21:50 スタンダード60 山口	
22:00							

定休日

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付センター】

専用ダイヤル: 0570-866-989 (平日/土曜日 受付時間 8:30～21:00)

(日曜日/祝日 受付時間 8:30～19:00)

※上記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)

◆病気や事故等によりインストラクターの変更がある場合がございます。

◆ご予約されたレッスンをキャンセル、又は変更される場合は

1時間前迄にご連絡をお願い致します。

◆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

インバーホテル及びメ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は、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1回づつに制限されます。

※キャンセル待ちをされる場合は、【キャンセル待ち期間】の設定をお願い致します。

◆SURF EXERCISE(Basic, Balance, Beauty lower body, CORE Beginner)はSURF会員様限定のレッスンです。

※ロープの会員様は追加受講料がかかります。

上里店【12月16日～12月23日スケジュール】

	12月 16日(月)	12月 17日(火)	12月 18日(水)	12月 19日(木)	12月 20日(金)	12月 21日(土)	12月 22日(日)	12月 23日(月)
9:00	定休日							
10:00		10:00～11:00 スタンダード60 山口	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 山口	10:00～10:45 Beat Drum Diet 丹羽	10:00～11:00 Sound Feel Yoga 木村	10:00～11:00 スタンダード60 山口	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 青木	
11:00								
12:00		12:00～13:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 山口	12:00～13:00 SUMO YOGA 青木	12:00～13:00 スタンダード60 丹羽	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 丹羽	12:00～13:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 山口	12:00～13:00 背中美人ヨガ 丹羽	
13:00								
14:00					14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 木村	14:00～15:00 はじめてのハーネス (会員様限定)青木	14:00～15:00 フェイスアップヨガ 青木	
15:00								
16:00						16:00～17:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 丹羽	16:00～17:00 スタンダード60 丹羽	
17:00								
18:00		18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村				18:00～19:00 骨盤矯正ヨガ 青木		
19:00			19:00～20:00 スタンダード60 木村	19:00～20:00 フェイスアップヨガ 木村	19:00～20:00 SUMO YOGA 青木			
20:00		19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 丹羽						
21:00		20:50～21:50 Sound Feel Yoga 木村	20:50～21:50 肩コリラックスヨガ 木村	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 山口	20:50～21:50 美姿勢 アンチエイジングヨガ 山口			
22:00								

上里店【12月24日～12月31日スケジュール】

	12月 24日(火)	12月 25日(水)	12月 26日(木)	12月 27日(金)	12月 28日(土)	12月 29日(日)	12月 30日(月)	12月31日(火)
9:00	年末年始休業							
10:00		10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 山口	10:00～11:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 山口	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 青木	10:00～11:00 スタンダード60 丹羽	10:00～11:00 DEEP RELAX 60 青木	10:00～11:00 フェイスアップヨガ 青木	
11:00								
12:00		12:00～13:00 スタンダード60 山口	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 山口	12:00～13:00 フェイスアップヨガ 青木	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 丹羽	12:00～13:00 スタンダード60 青木	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 山口	
13:00								
14:00					14:00～15:00 背中美人ヨガ 丹羽	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 山口		
15:00							15:00～17:00 108回太陽礼拝 (会員様限定) ※常温 丹羽	
16:00						16:00～17:00 骨盤矯正ヨガ 青木		
17:00								
18:00		18:00～19:00 SUMO YOGA 青木				18:00～19:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 山口		
19:00			19:00～20:00 スタンダード60 丹羽	19:00～20:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 丹羽	19:00～20:00 骨盤矯正ヨガ 青木			
20:00		19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 丹羽						
21:00		20:50～21:50 フェイスアップヨガ 青木	20:50～21:50 はじめてのハーネス (会員様限定)青木	20:50～21:50 スタンダード60 山口	20:50～21:50 SUMO YOGA 青木			
22:00								

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付センター】

専用ダイヤル: 0570-866-969
(平日/土曜日 受付時間 8:30～21:00)
(日曜日/祝日 受付時間 8:30～19:00)

*上記受付時間以外はインターネットからのご予約を24時間受付

◆病気や事故等によりインストラクターの変更がある場合がございます。

◆ご予約されたレッスンをキャンセル、又は変更される場合は

1時間前迄にご連絡をお願い致します。

◆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取れます。

※レッスン開始時刻1時間前までに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は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1回づつに制限されます。

※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。

◆SURF EXERCISE(Basic Balance, Beauty lower body, CORE Beginner)はSURF会員様限定のレッスンです。

※ロープの会員様は追加受講料がかかります。