

# 高松店【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日(月)	12月3日(火)	12月4日(水)	12月5日(木)	12月6日(金)	12月7日(土)	12月8日(日)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 SUMO YOGA 吉谷	10:30～11:30 スタンダード60 出口	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 上級	10:30～11:30 スタンダード60 林	10:30～11:30 スリムアップブレス (会員様限定)林	10:30～11:30 リンパデックスヨガ 吉谷	10:30～11:30 回ますヨガティス 吉谷	10:30～11:30 回ますヨガティス 吉谷
12:00	12:00～13:00 スタンダード60 出口		12:00～13:00 セルトル美脚ヨガ 出口		12:00～13:00 Sound Feel Yoga 吉谷	12:00～13:00 スタンダード60 出口	12:00～13:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)上級	12:00～13:00 セルトル美脚ヨガ 出口
13:00								
14:00	13:30～14:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 上級		13:30～14:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)出口		13:30～14:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 林	13:30～14:30 腸活ヨガ 林	13:30～14:30 セルトル美脚ヨガ 出口	13:30～14:30 肩コリラックスヨガ 吉谷
15:00	15:00～16:00 リンパデックスヨガ 吉谷	15:00～16:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)上級		15:00～16:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 上級			15:00～16:00 ホットピラティス 吉谷	15:00～16:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 林
16:00								
17:00	16:20～17:20 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)出口						16:20～17:20 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 上級	16:20～17:20 フェイスアップヨガ 出口
18:00	17:40～18:40 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 上級		18:00～19:00 腸活ヨガ 林	18:00～19:00 SUMO YOGA 吉谷	18:00～19:00 セルトル美脚ヨガ 出口	18:00～19:00 リンパデックスヨガ 吉谷	17:40～18:40 スタンダード60 出口	17:40～18:40 腸活ヨガ 林
19:00								
20:00			19:20～20:20 スリムアップブレス (会員様限定)林	19:20～20:20 スタンダード60 林	19:20～20:20 肩コリラックスヨガ 吉谷	19:20～20:20 スタンダード60 出口		
21:00			20:40～21:40 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 上級	20:40～21:40 リンパデックスヨガ 吉谷	20:40～21:40 フェイスアップヨガ 出口	20:40～21:40 ダイエットヨガ (会員様限定)吉谷		
22:00								

# 高松店【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							
11:00	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)出口	10:30～11:30 腸活ヨガ 林	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)上級	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 林	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 吉谷	10:30～11:30 背中美人ヨガ 上級	
12:00	12:00～13:00 腸活ヨガ 林	12:00～13:00 セルトル美脚ヨガ 出口			12:00～13:00 スタンダード60 出口	12:00～13:00 ゆるめてゆがみとりヨガ 上級	
13:00							
14:00	13:30～14:30 スタンダード60 出口	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 林	13:30～14:30 SUMO YOGA 吉谷	13:30～14:30 リンパデックスヨガ 上級	13:30～14:30 ホットピラティス 吉谷	13:30～14:30 フェイスアップヨガ 出口	
15:00							
16:00							
17:00						16:20～17:20 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)出口	16:20～17:20 スタンダード60 出口
18:00	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 林	18:00～19:00 Sound Feel Yoga 吉谷	18:00～19:00 スタンダード60 林	18:00～19:00 背中美人ヨガ 上級		17:40～18:40 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 林	17:40～18:40 セルトル美脚ヨガ 出口
19:00							
20:00	19:20～20:20 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)上級	19:20～20:20 スタンダード60 出口	19:20～20:20 リンパデックスヨガ 吉谷	19:20～20:20 SUMO YOGA 吉谷			
21:00	20:40～21:40 回ますヨガティス 吉谷	20:40～21:40 肩コリラックスヨガ 吉谷	20:40～21:40 スリムアップブレス (会員様限定)林	20:40～21:40 スタンダード60 出口			
22:00							

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付コールセンター】

専用ダイヤル: 0570-888-989  
(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。

◆当日にキャンセルされる場合はレッスン開始の1時間前までは

インター電話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。

## 高松店【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								
10:00								
11:00		10:30～11:30 スリムアップブレス (会員様限定)林	10:30～11:30 スタンダード60 出口	10:30～11:30 癒せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)吉市	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 上根	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 林		
12:00		12:00～13:00 SUMO YOGA 吉谷			12:00～13:00 スタンダード60 出口	12:00～13:00 SUMO YOGA 吉谷	12:00～13:00 フェイスアップヨガ 吉市	
13:00								
14:00		13:30～14:30 スタンダード60 林	13:30～14:30 度せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)出口	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 林	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 吉市	13:30～14:30 スリムアップブレス (会員様限定)林	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 林	
15:00				15:00～16:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 上根	15:00～16:00 セルトル美脚ヨガ 出口	15:00～16:00 ゆるめてゆがみとりヨガ 上根	15:00～16:00 肩コリラックスヨガ 吉谷	
16:00								
17:00							16:20～17:20 ホットピラティス 吉谷	16:20～17:20 スタンダード60 出口
18:00		18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 吉谷	18:00～19:00 フェイスアップヨガ 吉市	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ 吉谷	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 上根	17:40～18:40 スタンダード60 林	17:40～18:40 ダイエットヨガ (会員様限定)吉谷	
19:00								
20:00		19:20～20:20 美姿勢 アンチエイジングヨガ 上根	19:20～20:20 背中美人ヨガ 上根	19:20～20:20 スタンダード60 出口	19:20～20:20 癒せるヨガ 林			
21:00		20:40～21:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 上根	20:40～21:40 リンパデトックスヨガ 吉市	20:40～21:40 Sound Feel Yoga 吉谷	20:40～21:40 はじめてのハーネヨガ (会員様限定)上根			
22:00								

## 高松店【12月24日～12月30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								
10:00								
11:00	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 出口	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 上根	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 吉市	10:30～11:30 スリムアップブレス (会員様限定)林	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 上根	10:30～11:30 癒せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)出口		
12:00	12:00～13:00 Sound Feel Yoga 吉谷				12:00～13:00 フェイスアップヨガ 吉市	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 吉谷		
13:00		13:30～14:30 背中美人ヨガ 上根	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 林	13:30～14:30 はじめてのハーネヨガ (会員様限定)上根	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 上根	13:30～14:30 スタンダード60 出口		
14:00								
15:00	15:00～16:00 DEEP RELAX 60 出口	15:00～16:00 フェイスアップヨガ 吉市	15:00～16:00 癒せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)吉市	15:00～16:00 癒活ヨガ 林	15:00～16:00 スタンダード60 出口	15:00～16:00 回ますヨガティス 吉谷		
16:00								
17:00						16:20～17:20 SUMO YOGA 吉谷	16:30～18:30 108回太陽礼拝 (会員様限定) ※常温 林	
18:00	18:00～19:00 背中美人ヨガ 上根	18:00～19:00 癒活ヨガ 林	18:00～19:00 ホットピラティス 吉谷	18:00～19:00 スタンダード60 吉市	18:00～19:00 セルトル美脚ヨガ 出口			
19:00								
20:00	19:20～20:20 リンパデトックスヨガ 吉谷	19:20～20:20 癒せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)吉市	19:20～20:20 スタンダード60 林	19:20～20:20 美姿勢 アンチエイジングヨガ 上根				
21:00	20:40～21:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 上根	20:40～21:40 スタンダード60 林	20:40～21:40 SUMO YOGA 吉谷	20:40～21:40 リンパデトックスヨガ 吉市				
22:00								

年末年始休業

【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。