

八戸店【12月1日～12月8日スケジュール】

2019 年 12月 6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 | | 定休日 | | | | | | |
| 10:00 | 10:00～11:00 スタンダード60 佐々木 | | 10:00～11:00 背中美人ヨガ 新野 | 10:00～11:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 内海 | 10:00～11:00 スタンダード60 佐々木 | 10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 関下 | 10:00～11:00 SUMO YOGA 新野 | 10:00～11:00 セルトル美脚ヨガ 関下 |
| 11:00 | | | | | | | | |
| 12:00 | 12:00～13:00 SUMO YOGA 新野 | | 12:00～13:00 アロマリラクソスヨガ DEEP FOREST 新野 | 12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 関下 | 12:00～13:00 スリムアッププレス (会員様限定)内海 | 12:00～13:00 スタンダード60 佐々木 | 12:00～13:30 アドバンス90 (会員様限定) 内海 | 12:00～13:00 アロマリラクソスヨガ FRUITY DIET 関下 |
| 13:00 | | | | | | | | |
| 14:00 | 14:00～15:00 フェイスアップヨガ 新野 | | | | 14:00～15:00 DEEP RELAX 60 内海 | | 14:00～15:00 スタンダード60 関下 | 14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 内海 |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | 16:00～17:00 セルトル美脚ヨガ 関下 | | | | | | 18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 内海 | 16:00～17:00 スリムアッププレス (会員様限定)内海 |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | | | 18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 関下 | | | 18:00～19:00 ダイエットヨガ (会員様限定)内海 | | |
| 19:00 | | | | 19:00～20:00 フェイスアップヨガ 新野 | 19:00～20:00 骨盤矯正ヨガ 新野 | 19:30～20:30 アロマリラクソスヨガ HARVAL RELAX 新野 | | |
| 20:00 | | | 19:30～20:30 スタンダード60 佐々木 | | | | | |
| 21:00 | | | 21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 関下 | 21:00～22:00 アロマリラクソスヨガ FRUITY DIET 関下 | 21:00～22:00 背中美人ヨガ 新野 | 21:00～22:00 ホットピラティス 内海 | | |
| 22:00 | | | | | | | | |

八戸店【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 | | 定休日 | | | | | |
| 10:00 | 10:00～11:00 スタンダード60 内海 | | 10:00～11:00 アロマリラクソスヨガ HARVAL RELAX 佐々木 | 10:00～11:00 ホットピラティス 内海 | 10:00～11:00 SUMO YOGA 新野 | 10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 新野 | 10:00～11:00 背中美人ヨガ 新野 |
| 11:00 | | | | | | | |
| 12:00 | 12:00～13:00 ダイエットヨガ (会員様限定)内海 | | 12:00～13:00 フェイスアップヨガ 新野 | 12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 内海 | 12:00～13:00 スタンダード60 新野 | 12:00～13:00 セルトル美脚ヨガ 関下 | 12:00～13:00 スタンダード60 新野 |
| 13:00 | | | | | | | |
| 14:00 | | | | 14:00～15:00 アロマリラクソスヨガ HARVAL RELAX 関下 | | 14:00～15:00 スタンダード60 新野 | 14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 関下 |
| 15:00 | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | 16:00～17:00 アロマリラクソスヨガ FRUITY DIET 関下 | 16:00～17:00 セルトル美脚ヨガ 関下 |
| 17:00 | | | | | | | |
| 18:00 | 18:00～19:00 DEEP RELAX 60 内海 | | | | | | |
| 19:00 | 19:30～20:30 背中美人ヨガ 新野 | 19:00～20:00 SUMO YOGA 新野 | 19:00～20:00 スタンダード60 関下 | 19:00～20:00 リンパデトックスヨガ 関下 | | | |
| 20:00 | | | | | | | |
| 21:00 | 21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 新野 | 21:00～22:00 アロマリラクソスヨガ DEEP FOREST 関下 | 21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 関下 | 21:00～22:00 スタンダード60 関下 | | | |
| 22:00 | | | | | | | |

八戸店【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 | | | | | | | 定休日 |
| 10:00 | | 10:00～11:00 セルトル美脚ヨガ 関下 | 10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐々木 | 10:00～11:00 スタンダード60 佐々木 | 10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 新野 | 10:00～11:00 DEEP RELAX 60 内海 | 10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 関下 | |
| 11:00 | | | | | | | | |
| 12:00 | | 12:00～13:00 スタンダード60 関下 | 12:00～13:00 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)関下 | 12:00～13:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 佐々木 | 12:00～13:00 フェイスアップヨガ 新野 | 12:00～13:00 スタンダード60 佐々木 | 12:00～13:00 ホットピラティス 内海 | |
| 13:00 | | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | 14:00～15:00 スリムアッププレス (会員様限定)内海 | 14:00～15:00 背中美人ヨガ 新野 | |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | 16:00～17:00 SUMO YOGA 新野 | 16:00～17:00 肩コリラックスヨガ 内海 | |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | | | | 18:00～19:00 セルトル美脚ヨガ 関下 | | | | |
| 19:00 | | 19:00～20:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 新野 | 19:00～20:00 スタンダード60 関下 | 19:30～20:30 ホットピラティス 内海 | 19:00～20:00 リンパデトックスヨガ 関下 | | | |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | | 21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 佐々木 | 21:00～22:00 SUMO YOGA 新野 | 21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 関下 | 20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 内海 | | | |
| 22:00 | | | | | | | | |

八戸店【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 | 年末年始休業 |
| 10:00 | 10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 内海 | 10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 新野 | 10:00～11:00 ダイエットヨガ (会員様限定)内海 | 10:00～11:00 フェイスアップヨガ 新野 | 10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 新野 | 10:00～11:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 新野 | | |
| 11:00 | | | | | | | | |
| 12:00 | 12:00～13:00 スリムアッププレス (会員様限定)内海 | 12:00～13:00 SUMO YOGA 新野 | 12:00～13:00 スタンダード60 佐々木 | 12:00～13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 新野 | 12:00～13:00 背中美人ヨガ 新野 | 12:00～13:00 スタンダード60 佐々木 | | |
| 13:00 | | | | | | | | |
| 14:00 | | 14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 内海 | | | 14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 関下 | 14:00～16:00 108回太陽礼拝 (会員様限定) ※常温 関下 | | |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | 16:00～17:00 スタンダード60 佐々木 | | | |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | 18:00～19:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 新野 | 19:00～20:00 ホットピラティス 内海 | 19:00～20:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 関下 | 18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 関下 | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | |
| 20:00 | 19:30～20:30 スタンダード60 佐々木 | | | 19:30～20:30 スタンダード60 佐々木 | | | | |
| 21:00 | 21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 新野 | 21:00～22:00 スタンダード60 佐々木 | 21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 関下 | 21:00～22:00 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)関下 | | | | |
| 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:0570-686-989 (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2回以上で、翌月の予約可能回数に1回ずつに制限されます。

※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。

