

## 浜松店【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	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 西井		10:00～11:00 Sound Feel Yoga 西井	10:00～11:30 アドバンス90 (会員様限定) 小玉	10:00～11:00 スタンダード60 西井	10:00～11:00 育中美人ヨガ 石原	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 中嶋	10:00～11:00 スリムアッププレス (会員様限定)岩本
11:00								
12:00	12:00～13:00 セルトル美脚ヨガ 中嶋		12:00～13:00 スタンダード60 岩本	12:00～13:00 フェイスアップヨガ 西井	12:00～13:00 スリムアッププレス (会員様限定)岩本	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 西井	12:00～12:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 中嶋	12:00～13:00 フェイスアップヨガ 西井
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 西井				14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 西井		14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 西井	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 岩本
15:00								
16:00	16:00～17:00 骨盤矯正ヨガ 中嶋						16:00～17:00 スタンダード60 岩本	16:00～17:00 Sound Feel Yoga 西井
17:00								
18:00	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 中嶋				18:00～20:00 SUMO YOGA 石原	19:00～20:00 腸活ヨガ 岩本	19:00～20:00 スタンダード60 岩本	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ 西井
19:00					19:30～20:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 石原			
20:00								
21:00	21:00～22:00 ダイエットヨガ (会員様限定)石原		21:00～22:00 DEEP RELAX 60 石原	21:00～22:00 ホットピラティス 石原	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 西井			
22:00								

## 浜松店【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	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 石原	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 中嶋	10:00～11:00 フェイスアップヨガ 西井	10:00～11:00 Sound Feel Yoga 西井	10:00～11:00 DEEP RELAX 60 石原	10:00～11:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)中嶋	
11:00							
12:00	12:00～13:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)石原	12:00～13:00 凹ますヨガティス 石原	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 西井	12:00～13:00 スタンダード60 中嶋	12:00～13:00 骨盤矯正ヨガ 中嶋	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 岩本	
13:00							
14:00					14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)中嶋	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 中嶋	14:00～15:00 腸活ヨガ 岩本
15:00							
16:00						16:00～17:00 スタンダード60 岩本	16:00～16:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 中嶋
17:00							
18:00	18:00～18:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 中嶋					18:00～19:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 西井	
19:00					19:00～20:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 岩本	19:00～20:00 SUMO YOGA 石原	19:00～20:00 育中美人ヨガ 石原
20:00	19:30～20:30 肩コリラックスヨガ 西井						
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 岩本	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 西井	21:00～22:00 スタンダード60 中嶋	21:00～22:00 腸活ヨガ 岩本			
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: 0570-666-969 (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。

◆当日にキャンセルをされる場合はレッスン開始の1時間前まで

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が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。

## 浜松店【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	定 休 日							
10:00		10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 中嶋	10:00～11:00 SUMO YOGA 石原	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 石原	10:00～11:00 スタンダード60 岩本	10:00～11:00 腸活ヨガ 岩本	10:00～11:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)石原	
11:00								
12:00		12:00～13:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 西井	12:00～13:00 腸活ヨガ 岩本	12:00～13:00 スタンダード60 西井	12:00～13:00 ダイエッタヨガ (会員様限定)石原	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 岩本	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 中嶋	
13:00								
14:00				14:00～15:00 ホットピラティス 石原		14:00～15:00 Sound Feel Yoga 西井	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 石原	
15:00								
16:00						16:00～17:00 スタンダード60 中嶋	16:00～16:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 中嶋	
17:00								
18:00		18:00～19:00 セルトル美脚ヨガ 中嶋				18:00～19:00 痩せる身体をつくる ダイエッタヨガ (会員様限定)中嶋		
19:00			19:00～20:00 フェイスアップヨガ 西井	19:00～20:00 スリムアップブレス (会員様限定)岩本	19:00～20:00 骨盤矯正ヨガ 中嶋			
20:00		19:30～20:30 スタンダード60 西井						
21:00		21:00～22:00 腸活ヨガ 岩本	21:00～22:00 スタンダード60 岩本	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 西井	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 西井			
22:00								

## 浜松店【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 美姿勢 アンチエイジングヨガ 西井	10:00～11:00 Sound Feel Yoga 西井	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 中嶋	10:00～11:00 スタンダード60 西井	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 西井	10:00～11:00 回ますヨガティス 石原	
11:00								
12:00		12:00～13:00 SUMO YOGA 石原	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 岩本	12:00～13:00 スタンダード60 中嶋	12:00～12:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 中嶋	12:00～13:00 スタンダード60 中嶋	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 石原	
13:00								
14:00			14:00～15:00 ダイエッタヨガ (会員様限定)石原			14:00～15:00 SUMO YOGA 石原		
15:00						15:00～17:00 108回太陽礼拝 (会員様限定) ※常温 中嶋		
16:00						16:00～17:00 痩せる身体をつくる ダイエッタヨガ (会員様限定)中嶋		
17:00						18:00～19:00 DEEP RELAX 60 石原		
18:00		18:00～19:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 石原						
19:00			19:00～20:00 骨盤矯正ヨガ 中嶋	19:00～20:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 岩本	19:00～20:00 リンパデトックスヨガ 中嶋			
20:00		19:30～20:30 腸活ヨガ 岩本						
21:00		21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエッタヨガ (会員様限定)中嶋	21:00～22:00 スタンダード60 岩本	21:00～22:00 腸活ヨガ 岩本	21:00～22:00 スリムアップブレス (会員様限定)岩本			
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: 0570-666-969 (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。

◆当日にキャンセルをされる場合はレッスン開始の1時間前まで  
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が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。