

水戸店【12月1日～12月8日スケジュール】

2019年12月12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	10:00～10:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 菊池		10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 中野	10:00～11:30 アドバンス90 (会員様限定) 中野	10:00～11:00 スタンダード60 石田	10:00～11:00 腸活ヨガ 高橋	10:00～11:00 DEEP RELAX 60 菊池	10:00～11:00 スタンダード60 石田
11:00								
12:00	11:30～12:30 ホットピラティス 高橋		11:30～12:30 スリムアップブレス (会員様限定)菊池		11:30～12:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 高橋	11:30～12:30 スタンダード60 石田	11:30～12:30 フェイスアップヨガ 中野	11:30～12:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)中野
13:00	13:00～14:00 骨盤矯正ヨガ 菊池		13:00～14:00 骨盤矯正ヨガ 中野		13:00～14:00 背中美人ヨガ 高橋	13:00～14:00 ホットピラティス 高橋	13:00～13:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 菊池	13:00～14:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 菊池
14:00					13:30～14:30 スタンダード60 石田			
15:00	15:00～16:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)中野						15:00～16:00 骨盤矯正ヨガ 中野	15:00～16:00 スタンダード60 石田
16:00							16:30～17:30 肩コリラックスヨガ 高橋	16:30～17:30 スリムアップブレス (会員様限定)菊池
17:00							17:50～18:50 スタンダード60 飯塚	17:50～18:50 リンパデトックスヨガ 中野
18:00	17:50～18:50 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 中野		18:00～19:00 Sound Feel Yoga 飯塚	18:00～19:00 スタンダード60 石田	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 中野	18:00～19:00 セルトル美脚ヨガ 飯塚		
19:00								
20:00					19:30～20:30 スタンダード60 石田	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 飯塚	19:30～20:30 美しい姿勢 アンチエイジングヨガ 飯塚	19:30～20:30 スタンダード60 石田
21:00					20:50～21:50 美しい姿勢 アンチエイジングヨガ 飯塚	20:50～21:50 セルトル美脚ヨガ 飯塚	20:50～21:50 SUMO YOGA 中野	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 飯塚
22:00								

定
休
日

水戸店【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							
10:00		10:00～11:00 SUMO YOGA 中野	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 菊池	10:00～11:00 ダイエットヨガ (会員様限定)高橋	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 高橋	10:00～11:00 スリムアップブレス (会員様限定)菊池	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 菊池
11:00							
12:00		11:30～12:30 Sound Feel Yoga 菊池	11:30～12:30 フェイスアップヨガ 中野	11:30～12:30 スタンダード60 石田	11:30～12:30 回ますヨガティス 高橋	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 飯塚	11:30～12:30 SUMO YOGA 中野
13:00		13:00～14:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 中野	13:00～13:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 菊池	13:00～14:00 腸活ヨガ 高橋	13:00～14:00 スタンダード60 石田	13:00～14:00 リンパデトックスヨガ 中野	13:00～14:00 美しい姿勢 アンチエイジングヨガ 飯塚
14:00							
15:00						15:00～16:00 セルトル美脚ヨガ 飯塚	15:00～16:00 DEEP RELAX 60 菊池
16:00						16:30～17:30 スタンダード60 石田	16:30～17:30 リンパデトックスヨガ 中野
17:00						17:50～19:00 ディープブレスヨガ (会員様限定)中野	17:50～18:50 スタンダード60 石田
18:00					18:00～19:00 腸活ヨガ 高橋	18:00～19:00 美しい姿勢 アンチエイジングヨガ 飯塚	
19:00							
20:00					19:30～20:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 入福	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 中野	19:30～20:30 セルトル美脚ヨガ 中野
21:00					20:50～21:50 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)高橋	20:50～21:50 ホットピラティス 高橋	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 飯塚
22:00							

定
休
日

【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: 0570-888-980
(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回以下に制限されます。

※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。

水戸店【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)
定 休 日							
	10:00～11:00 セルトル美脚ヨガ 中野	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 菊池	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 石田	10:00～11:00 ホットピラティス 高橋	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 中野	10:00～11:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 飯塚	
	11:30～12:30 リンパデトックスヨガ 中野	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 飯塚	11:30～12:30 背中美人ヨガ 高橋	11:30～12:30 スタンダード60 石田	11:30～12:30 Sound Feel Yoga 菊池	11:30～12:30 ダイエットヨガ (会員様限定)高橋	
	13:00～14:00 スタンダード60 石田	13:00～14:00 スリムアップブレス (会員様限定)菊池	13:00～14:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 飯塚	13:00～14:00 はじめてのハーネス (会員様限定)高橋	13:00～14:00 スタンダード60 飯塚	13:00～14:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 菊池	
					14:30～16:00 (会員様限定) アドバンス90 中野	15:00～16:00 スタンダード60 石田	
					16:30～17:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 石田	16:30～17:15 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 菊池	
	18:00～19:00 ホットピラティス 高橋	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ 高橋	18:00～19:00 SUMO YOGA 中野	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 石田	17:50～18:50 セルトル美脚ヨガ 飯塚	17:50～18:50 腸活ヨガ 高橋	
	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 飯塚	19:30～20:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 飯塚	19:30～20:30 凹ますヨガティス 高橋	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 中野			
	20:50～21:50 腸活ヨガ 高橋	20:50～21:50 ダイエットヨガ (会員様限定)高橋	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 中野	20:50～21:50 セルトル美脚ヨガ 中野			

水戸店【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)
年末年始休業							
	10:00～11:00 スタンダード60 飯塚	10:00～11:00 スリムアップブレス (会員様限定)菊池	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 菊池	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 石田	10:00～11:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 飯塚	10:00～11:00 DEEP RELAX 60 菊池	
	11:30～12:30 腸活ヨガ 高橋	11:30～12:30 ホットピラティス 高橋	11:30～12:30 スタンダード60 石田	11:30～13:00 EX/POWER YOGA (会員様限定) 入福	11:30～12:30 肩コリラックスヨガ 高橋	11:30～12:30 セルトル美脚ヨガ 中野	
	13:00～14:00 Sound Feel Yoga 飯塚	13:00～14:00 フェイスアップヨガ 中野	13:00～14:00 はじめてのハーネス (会員様限定)美喜	13:00～14:10 デイープブレスヨガ (会員様限定)中野	13:00～14:00 スタンダード60 石田		
	14:00			13:30～14:30 スタンダード60 飯塚		14:30～15:30 リンパデトックスヨガ 中野	
	15:00			15:00～16:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 菊池		16:00～18:00 108回太陽礼拝 (会員様限定) ※常温 飯塚	
	16:00			16:30～17:30 凹ますヨガティス 高橋			
	17:00			17:50～18:50 スタンダード60 中野			
	18:00	18:00～19:00 SUMO YOGA 中野	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 中野	18:00～19:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 飯塚	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ 高橋		
	19:00	19:30～20:30 スタンダード60 石田	19:30～20:30 はじめてのハーネス (会員様限定)高橋	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 石田	19:30～20:30 セルトル美脚ヨガ 飯塚		
	20:00	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 中野	20:50～21:50 スタンダード60 石田	20:50～21:50 Sound Feel Yoga 飯塚	20:50～21:50 腸活ヨガ 高橋		
	21:00						
	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: 0570-866-989
(平日/土曜日 受付時間 8:30～21:00)
(日曜日/祝日 受付時間 8:30～18:00)

※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、翌年の予約可能回数が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。