

徳島店【2月1日～2月8日スケジュール】

2020年1月15日更新

	2月1日(土)	2月2日(日)	2月3日(月)	2月4日(火)	2月5日(水)	2月6日(木)	2月7日(金)	2月8日(土)
9:00								
10:00	10:00～11:00 SUMO YOGA 佐藤	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 佐藤		10:00～11:00 スタンダード60 光田	10:00～11:00 はじめてのハーワーク (会員様限定)山口	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 下木	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 光田	10:00～11:00 セルトル美脚ヨガ 下木
11:00								
12:00	12:00～13:00 スタンダード60 下木	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 下木		12:00～13:00 ホットピラティス 岸本	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 佐藤	12:00～13:00 スタンダード60 光田	12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 下木	12:00～13:00 凹ますヨガティス 山口
13:00								
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐藤	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 岸本		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 光田	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 山口	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 下木	13:30～14:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 岸本	14:00～15:00 スタンダード60 下木
15:00								
16:00	16:00～17:00 ダイエットヨガ (会員様限定)山口	16:00～17:00 スタンダード60 光田						16:00～17:00 はじめてのハーワーク (会員様限定)山口
17:00								
18:00	18:00～19:00 腸活ヨガ 岸本	18:00～19:00 セルトル美脚ヨガ 下木		17:30～18:30 DEEP RELAX 60 佐藤	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 岸本	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 岸本	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 Get Up Edition 山口	18:00～19:00 スタンダード60 光田
19:00								
20:00								
21:00								
22:00								

徳島店【2月9日～2月16日スケジュール】

	2月9日(日)	2月10日(月)	2月11日(火)	2月12日(水)	2月13日(木)	2月14日(金)	2月15日(土)	2月16日(日)
9:00								
10:00	10:00～11:00 SUMO YOGA 佐藤		10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 下木	10:00～11:00 DEEP RELAX 60 佐藤	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)岸本	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 山口	10:00～11:00 スタンダード60 光田	10:00～11:00 セルトル美脚ヨガ 下木
11:00								
12:00	12:00～13:00 腸活ヨガ 岸本		12:00～13:00 ダイエットヨガ (会員様限定)山口	12:00～13:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 岸本	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 下木	12:00～13:00 背中美人ヨガ 岸本	12:00～13:00 はじめてのハーワーク (会員様限定)山口	12:00～13:00 スタンダード60 光田
13:00								
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 佐藤		14:00～15:00 スタンダード60 下木	14:00～15:00 腸活ヨガ 佐藤	14:00～15:00 SUMO YOGA 佐藤	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 Get Up Edition 山口	14:00～15:00 DEEP RELAX 60 佐藤	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 下木
15:00								
16:00	16:00～17:00 背中美人ヨガ 岸本		16:00～17:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 山口				16:00～17:00 リンパデトックスヨガ 山口	16:00～17:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 光田
17:00								
18:00	18:00～19:00 スタンダード60 光田		18:00～19:00 ホットピラティス 岸本		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 下木	17:30～18:30 凹ますヨガティス 山口	17:30～18:30 スタンダード60 下木	18:00～19:00 SUMO YOGA 佐藤
19:00								
20:00								
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: 0570-888-980 (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。

徳島店【2月17日～2月24日スケジュール】

	2月17日(月)	2月18日(火)	2月19日(水)	2月20日(木)	2月21日(金)	2月22日(土)	2月23日(日)	2月24日(月)
定 休 日								
	10:00~11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 岸本	10:00~11:00 ホットピラティス 岸本	10:00~11:00 スタンダード60 光田	10:00~11:00 SUMO YOGA 佐藤	10:00~11:00 リンパデトックスヨガ 山口	10:00~11:00 DEEP RELAX 60 佐藤		
	12:00~13:00 背中美人ヨガ 山口	12:00~13:00 DEEP RELAX 60 佐藤	12:00~13:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 岸本	12:00~13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 光田	12:00~13:00 スタンダード60 光田	12:00~13:00 セルトル美脚ヨガ 下木		
	14:00~15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 岸本	14:00~15:00 腸活ヨガ 岸本	13:30~14:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 光田	14:00~15:00 スタンダード60 佐藤	14:00~15:30 アドバンス90 (会員様限定) 山口	14:00~15:00 SUMO YOGA 佐藤		
	16:00~17:00 腸活ヨガ 佐藤				16:00~17:00 腸活ヨガ 佐藤	16:00~17:00 スタンダード60 光田		
	17:30~18:30 腸活ヨガ 佐藤	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 光田	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ 下木	17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ 下木	18:00~19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 光田	18:00~19:00 肩コリラックスヨガ 下木		
	19:15~20:15 セルトル美脚ヨガ 下木	19:15~20:15 SUMO YOGA 佐藤	19:15~20:15 スタンダード60 下木	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 光田				
	21:00~22:00 DEEP RELAX 60 佐藤	21:00~22:00 スタンダード60 光田	21:00~22:00 寝せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)岸本	21:00~22:00 肩コリラックスヨガ 下木				

徳島店【2月25日～2月29日スケジュール】

	2月25日(火)	2月26日(水)	2月27日(木)	2月28日(金)	2月29日(土)
9:00					
10:00	10:00~11:00 セルトル美脚ヨガ 下木	10:00~11:00 リンパデトックスヨガ 下木	10:00~11:00 スタンダード60 佐藤	10:00~11:00 ダイエッショガ (会員様限定)山口	10:00~11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 光田
11:00					
12:00	12:00~13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 光田	12:00~13:00 凹ますヨガティス 山口	12:00~13:00 肩コリラックスヨガ 下木	12:00~13:00 スタンダード60 光田	12:00~12:45 Beat Drum Diet3.0 Get Up Edition 山口
13:00					
14:00	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ 下木	14:00~15:00 フェイスアップヨガ 下木	14:00~15:00 DEEP RELAX 60 佐藤	14:00~15:00 骨盤矯正ヨガ 山口	14:00~15:00 スタンダード60 光田
15:00					
16:00					16:00~17:00 リンパデトックスヨガ 山口
17:00					
18:00	17:30~18:30 スタンダード60 光田	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 佐藤	17:30~18:30 骨盤矯正ヨガ 山口	17:30~18:30 SUMO YOGA 佐藤	18:00~19:00 フェイスアップヨガ 下木
19:00	19:15~20:00 Beat Drum Diet3.0 Get Up Edition 山口	19:15~20:15 背中美人ヨガ 山口	19:15~20:15 フェイスアップヨガ 下木	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 光田	
20:00					
21:00	21:00~22:00 骨盤矯正ヨガ 山口	21:00~22:00 スタンダード60 佐藤	21:00~22:00 はじめてのバーワーク (会員様限定)山口	21:00~22:00 腸活ヨガ 佐藤	
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 8:30~19:00)

*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時間前まで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。

◆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。