

倉敷駅前店【1月1日～1月8日スケジュール】

2019年12月15日更新

1月1日(水)	1月2日(木)	1月3日(金)	1月4日(土)	1月5日(日)	1月6日(月)	1月7日(火)	1月8日(水)
9:00							
10:00			10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 藤岡	10:00～11:00 スタンダード60 小林		10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 小林	10:00～11:00 ダイエットヨガ (会員様限定)板谷
11:00							
12:00			13:00～14:00 脚活ヨガ 小林	11:30～12:30 はじめてのハーネス (会員様限定)板谷		11:30～12:30 スタンダード60 藤岡	11:30～12:30 リンパデトックスヨガ 福本
13:00			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)多田	13:00～14:10 ディープレスヨガ (会員様限定)板谷	13:00～14:00 リンパデトックスヨガ 福本		13:00～14:00 DEEP RELAX 60 福本
14:00							
15:00			15:00～16:00 リンパデトックスヨガ 福本	14:30～15:30 スタンダード60 藤岡	14:30～15:30 脚活ヨガ 小林	14:30～15:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤岡	
16:00			16:30～17:30 フェイスアップヨガ 多田	16:00～17:00 リンパデトックスヨガ 小林	16:00～17:00 スリムアップレス (会員様限定)福本		
17:00				17:30～18:30 Sound Feel Yoga 高原	17:30～18:30 DEEP RELAX 60 福本		
18:00			18:00～19:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 藤岡			18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 福本	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 藤岡
19:00						19:30～20:30 スタンダード60 小林	19:30～20:30 痩せる アンチエイジングヨガ 福本
20:00							
21:00						20:50～21:50 スリムアップレス (会員様限定)福本	20:50～21:50 スタンダード60 藤岡
22:00							

倉敷駅前店【1月9日～1月15日スケジュール】

1月9日(木)	1月10日(金)	1月11日(土)	1月12日(日)	1月13日(月)	1月14日(火)	1月15日(水)
9:00						
10:00	10:00～11:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 福本	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 福本	10:00～11:00 青い美人ヨガ 多田	10:00～11:00 スタンダード60 小林	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 福本	10:00～11:00 スリムアップレス (会員様限定)福本
11:00						
12:00	11:30～12:30 骨盤矯正ヨガ 板谷	11:30～12:30 スタンダード60 小林	11:30～12:30 脚活ヨガ 小林	11:30～12:30 ホットピラティス 多田	11:30～12:30 スタンダード60 藤岡	11:30～12:30 骨盤矯正ヨガ 板谷
13:00			13:00～14:00 スリムアップレス (会員様限定)福本	13:00～14:00 リンパデトックスヨガ 福本	13:00～14:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 藤岡	
14:00						
15:00	14:30～15:30 DEEP RELAX 60 福本		14:30～15:30 スタンダード60 小林	14:30～15:30 リンパデトックスヨガ 小林		14:30～15:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 福本
16:00			16:00～17:00 DEEP RELAX 60 福本	16:00～17:00 SUMO YOGA 多田		
17:00				17:30～19:00 アドベンス90 (会員様限定)多田	17:30～18:30 スタンダード60 藤岡	
18:00	18:00～19:00 スタンダード60 藤岡	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 小林		18:00～19:00 ホットピラティス 多田	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 小林	
19:00						
20:00	19:30～20:30 はじめてのハーネス (会員様限定)板谷	19:30～20:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)多田		19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 小林	19:30～20:30 はじめてのハーネス (会員様限定)板谷	
21:00	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤岡	20:50～21:50 スタンダード60 藤岡		20:50～21:50 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)多田	20:50～21:50 スタンダード60 小林	
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。

◆当日にキャンセルが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。

※レッスン開始時間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。

※キャンセル待ちがされる場合は、(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。

倉敷駅前店【1月16日～1月23日スケジュール】

1月16日(木)	1月17日(金)	1月18日(土)	1月19日(日)	1月20日(月)	1月21日(火)	1月22日(水)	1月23日(木)
9:00							
10:00	10:00～11:10 ディーププレスヨガ (会員様限定)板谷	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 佐藤	10:00～11:00 リンパデックスヨガ 小林	10:00～11:00 スタンダード60 藤岡	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 板谷	10:00～11:00 フェイスアロヨガ 多田	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 藤岡
11:00							
12:00	11:30～12:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 福本	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤岡	11:30～12:30 スタンダード60 藤岡	11:30～12:30 肩活ヨガ 小林	11:30～12:30 スタンダード60 小林	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 藤岡	11:30～12:30 リンパデックスヨガ 小林
13:00		13:00～14:00 Sound Feel Yoga 佐藤	13:00～14:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)板谷	13:00～14:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 藤岡	13:00～14:30 アドベンス90 (会員様限定)林	13:00～14:00 SUMO YOGA 多田	
14:00							
15:00	14:30～15:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 福本		14:30～15:30 肩活ヨガ 小林	14:30～15:30 スタンダード60 小林			14:30～15:30 スタンダード60 小林
16:00							
17:00							
18:00	18:00～19:00 スタンダード60 藤岡	18:00～19:00 DEEP RELAX 60 福本			18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤岡	18:00～19:00 スリムアッププレス (会員様限定)福本	18:00～19:00 リンパデックスヨガ 福本
19:00							
20:00	19:30～20:30 スリムアッププレス (会員様限定)福本	19:30～20:30 スタンダード60 藤岡			19:30～20:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 福本	19:30～20:30 スタンダード60 小林	19:30～20:30 青中美人ヨガ 多田
21:00	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 藤岡	20:50～21:50 美姿勢 アンチエイジングヨガ 福本			20:50～21:50 痩せる身体つくる ダイエットヨガ (会員様限定)多田	20:50～21:50 リンパデックスヨガ 福本	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 福本
22:00							

定
休
日

倉敷駅前店【1月24日～1月31日スケジュール】

1月24日(金)	1月25日(土)	1月26日(日)	1月27日(月)	1月28日(火)	1月29日(水)	1月30日(木)	1月31日(金)
9:00							
10:00	10:00～11:00 スリムアッププレス (会員様限定)福本	10:00～11:00 肩活ヨガ 小林	10:00～11:00 SUMO YOGA 多田	10:00～11:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)板谷	10:00～11:00 青中美人ヨガ 多田	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 藤岡	10:00～11:00 リンパデックスヨガ 福本
11:00							
12:00	11:30～12:30 スタンダード60 藤岡	11:30～12:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)板谷	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 藤岡	11:30～12:30 リンパデックスヨガ 小林	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤岡	11:30～12:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 林	11:30～12:30 SUMO YOGA 多田
13:00	13:00～14:00 DEEP RELAX 60 福本	13:00～14:00 リンパデックスヨガ 小林	13:00～14:00 青中美人ヨガ 多田		13:00～14:00 SUMO YOGA 多田		13:00～14:00 肩活ヨガ 福本
14:00							
15:00		14:30～15:30 スタンダード60 藤岡	14:30～15:15 Beat Drum Diet 鳥羽	14:30～15:30 骨盤矯正ヨガ 林		14:30～15:30 DEEP RELAX 60 福本	
16:00							
17:00							
18:00	18:00～19:00 ホットピラティス 多田			18:00～19:00 SUMO YOGA 多田	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 福本	18:00～19:00 リンパデックスヨガ 小林	18:00～19:00 スタンダード60 藤岡
19:00							
20:00	19:30～20:30 リンパデックスヨガ 小林			19:30～20:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤岡	19:30～20:30 スタンダード60 藤岡	19:30～20:30 ダイエットヨガ (会員様限定)板谷	19:30～20:30 リンパデックスヨガ 小林
21:00	20:50～21:50 SUMO YOGA 多田			20:50～21:50 青中美人ヨガ 多田	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤岡		
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:0570-666-066
(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)

◆発熱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。

◆当日にキャンセルが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。

※レッスン開始時間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、翌年の予約可能回数が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。

※ロープのお会員様は追加受講料がかかります。