

前橋店【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 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定) ■	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村		10:00～11:00 SUMO YOGA 藤田	10:00～11:00 スタンダード60 藤田
11:00							
12:00			12:00～13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET ■	12:00～13:00 フェイスアップヨガ 木村	12:00～13:00 スタンダード60 藤田	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 藤田	
13:00							
14:00			14:00～15:00 リンパデトックスヨガ ■	14:00～15:00 スタンダード60 藤田	14:00～15:00 SUMO YOGA 藤田		
15:00							
16:00			16:00～17:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX ■	16:00～17:00 骨盤矯正ヨガ 鈴木	16:00～17:00 スタンダード60 藤田		
17:00						17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 鈴木	19:00～20:00 背中美人ヨガ ■
18:00			18:00～19:00 スタンダード60 ■	18:00～18:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 鈴木			
19:00						19:15～20:15 DEEP RELAX 60 鈴木	
20:00							
21:00						21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ ■	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET ■
22:00							

前橋店【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 Sound Feel Yoga 鈴木	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 藤田	10:00～11:00 DEEP RELAX 60 鈴木	10:00～11:00 背中美人ヨガ ■	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST ■	10:00～10:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 鈴木
11:00						
12:00	12:00～13:00 スタンダード60 鈴木	12:00～13:00 SUMO YOGA 藤田	12:00～13:00 骨盤矯正ヨガ 鈴木	12:00～13:00 スタンダード60 鈴木	12:00～13:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木	12:00～13:00 DEEP RELAX 60 鈴木
13:00						
14:00	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 鈴木		14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ ■	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX ■		17:30～18:30 Sound Feel Yoga 鈴木
15:00						
16:00			16:00～17:00 SUMO YOGA 藤田	16:00～17:00 骨盤矯正ヨガ 鈴木		19:00～20:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX ■
17:00						
18:00			18:00～19:00 肩コリラックスヨガ ■			
19:00	19:00～20:00 SUMO YOGA 藤田	19:00～20:00 肩コリラックスヨガ ■				
20:00						
21:00	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 藤田	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定) ■			21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 藤田	21:00～22:00 SUMO YOGA 藤田
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: 0570-666-960 (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。

前橋店【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	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 鈴木	10:00～11:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 星	10:00～11:00 スタンダード60 藤田		10:00～11:00 骨中奥人ヨガ 星	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 藤田	10:00～11:00 DEEP RELAX 60 鈴木
11:00								
12:00	12:00～13:00 DEEP RELAX 60 鈴木	12:00～13:00 スタンダード60 鈴木	12:00～13:00 Sound Feel Yoga 鈴木	12:00～13:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 星		12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 星	12:00～13:00 スリムアッププレス (会員様限定)藤田	12:00～13:00 スタンダード60 鈴木
13:00								
14:00	14:00～14:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 鈴木			14:00～15:00 スタンダード60 鈴木	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 藤田			14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 鈴木
15:00								
16:00				16:00～17:00 骨盤矯正ヨガ 鈴木	16:00～17:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 星			
17:00						17:30～18:30 スリムアッププレス (会員様限定)藤田		
18:00				18:00～19:00 骨中奥人ヨガ 星		19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 鈴木	19:00～20:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木	19:00～20:00 スタンダード60 藤田
19:00	19:00～20:00 リンパデトックスヨガ 藤田	19:00～20:00 SUMO YOGA 藤田						
20:00								
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 藤田	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 藤田			21:00～21:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 鈴木	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 星	21:00～22:00 SUMO YOGA 藤田	
22:00								

定休日

前橋店【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 スタンダード60 鈴木	10:00～11:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 星	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 鈴木		10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 藤田	10:00～11:00 スリムアッププレス (会員様限定)藤田	10:00～11:00 スタンダード60 藤田	10:00～11:00 SUMO YOGA 藤田
11:00								
12:00	12:00～12:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 鈴木	12:00～13:00 スタンダード60 藤田	12:00～13:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)星		12:00～13:00 SUMO YOGA 藤田	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 藤田	12:00～13:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 星	12:00～13:00 スタンダード60 藤田
13:00								
14:00		14:00～15:00 スリムアッププレス (会員様限定)藤田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 星				14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 星	
15:00								
16:00		16:00～17:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 星	16:00～16:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 鈴木					
17:00					17:30～18:30 スタンダード60 藤田			
18:00		18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 藤田				19:00～20:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)星	19:00～20:00 骨盤矯正ヨガ 鈴木	19:00～20:00 Sound Feel Yoga 鈴木
19:00	19:00～20:00 リンパデトックスヨガ 藤田							
20:00								
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 藤田				21:00～22:00 はじめてのハ'ワ'ーヨガ (会員様限定)鈴木	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 星	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木	21:00～22:00 DEEP RELAX 60 鈴木
22:00								

定休日

【予約・お問い合わせ・キャンセル要付コールセンター】
専用ダイヤル: 0570-666-060 (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。