

## 天王寺店【1月1日～1月8日スケジュール】

2020年 1月 16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			9:00～10:00 スタンダード60 速達	9:00～9:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 本多			
10:00					10:00～11:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 古賀	10:00～11:00 スリムアップフレス (会員様限定)本多	
11:00			10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 古賀	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 速達			
12:00			12:00～13:00 はじめてのハーネル (会員様限定)本多	12:00～13:00 骨盤矯正ヨガ 本多	定 休 日	11:30～12:30 痩せる身体をつくる ダイエッショガ (会員様限定)本多	11:30～12:30 リンパデトックスヨガ 古賀
13:00						13:00～14:00 SUMO YOGA 市森	13:00～14:30 アドバンス90 (会員様限定) 若林
14:00			13:30～14:30 肩コリラックスヨガ 今枝	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 市森			
15:00			15:00～16:00 スタンダード60 宮元	15:00～16:00 スリムアップフレス (会員様限定)本多	15:00～16:00 DEEP RELAX 60 若林		
16:00						18:00～19:00 セルトルネジヨガ 宮元	18:00～19:00 筋活ヨガ 今枝
17:00			16:30～17:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 今枝	16:30～17:30 筋活ヨガ 今枝	16:30～17:40 ディープフレスヨガ (会員様限定)若林		
18:00			18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 速達	18:00～19:00 フェイスアップヨガ 市森	18:00～19:00 スタンダード60 宮元	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 市森	19:30～20:30 スタンダード60 宮元
19:00						21:00～22:00 スタンダード60 速達	21:00～22:00 背中美人ヨガ 宮元
20:00							
21:00							
22:00							

## 天王寺店【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		9:00～10:00 背中美人ヨガ 宮元	9:00～10:00 リンパデトックスヨガ 古賀				
10:00	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 古賀	10:00～11:00 スタンダード60 今枝		10:00～11:00 回ますヨガティス 古賀	10:00～11:00 スタンダード60 速達		
11:00			10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 速達	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 市森			
12:00	11:30～12:30 スタンダード60 宮元	11:30～12:30 ホットピラティス 古賀	12:00～13:00 回ますヨガティス 古賀	12:00～13:00 スタンダード60 速達	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 速達	11:30～12:30 ダイエッショガ (会員様限定)古賀	
13:00	13:00～14:00 セルトルネジヨガ 宮元	13:00～14:00 肩コリラックスヨガ 宮元	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 古賀	13:30～14:30 ホットピラティス 古賀	13:00～14:10 ディープフレスヨガ (会員様限定)本多	13:00～14:00 リンパデトックスヨガ 古賀	
14:00							
15:00	14:30～15:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 古賀		15:00～16:00 フェイスアップヨガ 市森	15:00～16:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 速達			
16:00							
17:00			16:30～17:30 スタンダード60 速達	16:30～17:30 骨盤矯正ヨガ 本多			
18:00	18:00～19:00 スタンダード60 速達	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 市森	18:00～19:00 SUMO YOGA 市森	18:00～19:00 痩せる身体をつくる ダイエッショガ (会員様限定)本多	18:00～19:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 今枝	18:00～19:00 SUMO YOGA 市森	
19:00							
20:00	19:30～20:30 筋活ヨガ 今枝	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 速達			19:30～20:30 スタンダード60 本多	19:30～20:30 はじめてのハーネル (会員様限定)本多	
21:00	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 今枝	21:00～22:00 はじめてのハーネル (会員様限定)本多			21:00～22:00 スリムアップフレス (会員様限定)本多	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 市森	
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:0570-666-069 (平日・土曜日 愛付時間 8:30～21:00)

(日曜日・祝日 愛付時間 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

インターネット及びメールにてキャンセルをお受け(平日・土曜日 愛付時間 8:30～21:00)

※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(日曜日・祝日 愛付時間 8:30～19:00)

※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。

## 天王寺店【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			9:00～10:00 スタンダード60 宮元	9:00～10:00 セルトル美脚ヨガ 宮元				
10:00	10:00～11:00 はじめてのハーネス (会員様限定)本多	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 宮元			10:00～11:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 古賀	10:00～11:00 ダイエットヨガ (会員様限定)古賀	10:00～11:00 SUMO YOGA 市森	
11:00			10:30～11:30 ダイエットヨガ (会員様限定)古賀	10:30～11:30 スタンダード60 市森				
12:00	11:30～12:30 リンパデトックスヨガ 古賀	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 古賀	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 古賀	12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 宮元	11:30～12:30 ホットピラティス 古賀	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 古賀	11:30～12:30 ダイエットヨガ (会員様限定)本多	
13:00	13:00～14:00 スタンダード60 本多	13:00～14:00 背中美人ヨガ 宮元	13:30～14:15 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 本多	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 市森	13:00～14:00 背中美人ヨガ 宮元	13:00～14:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 今枝	13:00～14:00 ホットピラティス 古賀	
14:00			14:30～15:30 スタンダード60 達邊	15:00～16:00 SUMO YOGA 市森	15:00～15:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 本多	14:30～15:30 骨盤矯正ヨガ 本多		
15:00								
16:00								
17:00								
18:00	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 達邊	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 市森	18:00～19:00 スタンダード60 市森	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 宮元	18:00～19:00 スタンダード60 市森	18:00～19:00 背中美人ヨガ 宮元	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ 宮元	
19:00	19:30～20:30 フェイスアップヨガ 市森	19:30～20:30 SUMO YOGA 市森				19:30～20:30 セルトル美脚ヨガ 宮元	19:30～20:30 スタンダード60 達邊	19:30～20:30 背中美人ヨガ 宮元
20:00								
21:00	21:00～22:00 ダイエットヨガ (会員様限定)市森	21:00～22:00 スタンダード60 達邊				21:00～22:00 脚活ヨガ 今枝	21:00～21:45 Beat Drum Diet2.0 Get Up Edition 本多	21:00～22:00 スタンダード60 達邊
22:00								

## 天王寺店【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		9:00～10:10 ディープリースヨガ (会員様限定)本多	9:00～10:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 達邊					
10:00	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 古賀		10:30～11:30 スタンダード60 達邊	10:30～11:30 回ますヨガティス 古賀	10:00～11:00 ホットピラティス 古賀	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 達邊	10:00～11:00 スタンダード60 達邊	10:00～11:00 スリムアッププレス (会員様限定)本多
11:00								
12:00	11:30～12:30 疲れる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)本多		12:00～13:00 スリムアッププレス (会員様限定)本多	12:00～13:00 スタンダード60 達邊	11:30～12:30 スタンダード60 市森	11:30～12:30 リンパデトックスヨガ 古賀	11:30～13:00 アドバンス60 (会員様限定) 古賀	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 達邊
13:00	13:00～14:00 スタンダード60 達邊					13:00～14:00 ダイエットヨガ (会員様限定)市森	13:00～14:00 スタンダード60 達邊	13:00～14:00 骨盤矯正ヨガ 本多
14:00								
15:00	14:30～15:30 回ますヨガティス 古賀		15:00～16:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 達邊	15:00～16:00 SUMO YOGA 市森		14:30～15:30 背中美人ヨガ 宮元		14:30～15:30 スタンダード60 本多
16:00								
17:00								
18:00	18:00～19:00 ダイエットヨガ (会員様限定)市森	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ 宮元	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 市森		18:00～19:00 スリムアッププレス (会員様限定)本多	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 今枝	18:00～19:00 セルトル美脚ヨガ 宮元	
19:00								
20:00	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 達邊				19:30～20:30 脚活ヨガ 今枝	19:30～20:30 はじめのハーネス (会員様限定)本多	19:30～20:30 骨盤矯正ヨガ 本多	19:30～20:30 スタンダード60 市森
21:00	21:00～22:00 フェイスアップヨガ 市森				21:00～22:00 スタンダード60 宮元	21:00～22:00 疲れる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)本多	21:00～22:00 ダイエットヨガ (会員様限定)今枝	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 今枝
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: 0570-686-069  
(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。

※繰り返し席された場合も、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、(キャンセル待ち規則)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。