

仙台店【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	9:30～10:30 青中大人ヨガ 高森	9:30～10:30 スタンダード60 荒井		10:00～11:00 SLOW FLOW YOGA (会員様限定) 岩上	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 声津	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 赤間	10:00～11:00 スタンダード60 声津
11:00				11:30～12:30 ホットピラティス 鈴木	11:30～12:15 Best Drum Diet3.0 Get Up Edition 鈴木	11:30～12:30 はじめてのパワーヨガ* (会員様限定) 谷藤	10:00～10:45 SURF EXERCISE BASIC Shiori
12:00				12:10～12:55 SURF EXERCISE BALANCE Mari			11:00～12:30 EX/パワーヨガ (会員様限定) 岩上
13:00	11:00～12:00 リンパデトックスヨガ 鈴木	11:00～12:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 高橋	13:00～14:00 スタンダード60 荒井	13:00～14:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋	13:00～14:00 属活ヨガ 赤間	13:00～14:00 Sound Feel Yoga 声津	13:00～14:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 荒井
14:00	12:30～13:30 スタンダード60 赤間	12:30～13:30 SUMO YOGA 赤間					
15:00	13:30～14:15 SURF EXERCISE BASIC Shiori						14:30～18:30 SUMO YOGA 赤間
16:00	14:00～15:10 ディープレラクスヨガ (会員様限定) 谷藤	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 高橋					15:00～15:45 SURF EXERCISE BALANCE Koaru
17:00		15:00～15:45 SURF EXERCISE Circuit Shape Step (会員様限定) Shiori					16:00～17:00 肩コリラックスヨガ 高森
18:00	15:30～16:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 赤間	15:30～16:30 スリムアップブレス (会員様限定) 谷藤	18:00～19:00 スタンダード60 声津	18:00～19:00 DEEP RELAX 60 高森	18:00～19:00 ホットピラティス 鈴木	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 高橋	17:30～18:30 スタンダード60 声津
19:00	17:00～18:00 セルトル美脚ヨガ 声津	17:00～18:00 スタンダード60 赤間		19:00～19:45 SURF EXERCISE BALANCE Koaru			
20:00				19:30～20:30 骨盤矯正ヨガ 高森	19:30～20:30 SUMO YOGA 赤間	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 荒井	19:30～20:15 Best Drum Diet3.0 Get Up Edition 高森
21:00				20:45～21:30 SURF EXERCISE Beauty Lower Body Koaru		20:45～21:30 SURF EXERCISE BASIC Shiori	20:45～21:30 SURF EXERCISE Circuit Shape Step (会員様限定) Shiori
22:00				21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダ・エットヨガ (会員様限定) 鈴木	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 高森	21:00～22:00 スタンダード60 鈴木	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋

定休日

仙台店【2月9日～2月15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)
9:00						
10:00	9:30～10:30 はじめてのパワーヨガ* (会員様限定) 谷藤	9:30～10:30 スタンダード60 声津	10:00～11:00 凹ますヨガティス 高橋	10:00～11:00 スタンダード60 高森	10:00～11:10 ディープレラクスヨガ (会員様限定) 岩上	9:30～10:30 ホットピラティス 鈴木
11:00				11:30～12:30 属活ヨガ 赤間	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 高橋	11:30～12:30 痩せる身体をつくる ダ・エットヨガ (会員様限定) 岩上
12:00	11:00～12:00 骨盤矯正ヨガ 高橋	11:00～12:00 DEEP RELAX 60 谷藤	12:10～12:55 SURF EXERCISE Beauty Lower Body Mari			11:00～12:00 スタンダード60 赤間
13:00	12:30～13:30 セルトル美脚ヨガ 高橋	12:30～13:30 SUMO YOGA 声津	13:00～14:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 高橋	13:00～14:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木	13:00～14:00 スタンダード60 荒井	12:30～13:30 SLOW FLOW YOGA (会員様限定) 岩上
14:00	13:30～14:15 SURF EXERCISE Beauty Lower Body Koaru					13:30～14:15 SURF EXERCISE Circuit Shape Step (会員様限定) Shiori
15:00	14:00～15:00 スタンダード60 声津	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 高森				14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 赤間
16:00						15:00～15:45 SURF EXERCISE Beauty Lower Body Koaru
17:00	15:30～16:30 ホットピラティス 高橋	15:30～16:30 スリムアップブレス (会員様限定) 谷藤	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 赤間			15:30～16:15 Best Drum Diet3.0 Get Up Edition 高森
18:00	17:00～18:00 DEEP RELAX 60 高森	17:00～18:00 スタンダード60 高森	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 赤間	18:00～19:00 青中大人ヨガ 高森	17:00～18:00 スタンダード60 声津	
19:00				19:00～19:45 SURF EXERCISE Beauty Lower Body Koaru		
20:00				19:00～20:30 アド/バランス90 (会員様限定) 岩上	19:30～20:30 スタンダード60 赤間	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 谷藤
21:00				20:45～21:30 SURF EXERCISE BALANCE Mari		20:45～21:30 SURF EXERCISE BASIC Shiori
22:00				21:00～22:00 スタンダード60 鈴木	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 谷藤	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 荒井

定休日

【予約・お問い合わせ・キャンセル更付コールセンター】

専用ダイヤル: 0570-066-869
(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2回以上以上で、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。

仙台店【2月16日～2月23日スケジュール】

2月16日(日)	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)
9:00							
10:00	9:30～10:30 リンパデックスヨガ 声楽					9:30～10:30 スタンダード60 谷麻	9:30～10:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋
11:00	10:00～10:45 SURF EXERCISE BALANCE Kaoru	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 岩上	10:00～11:00 スリムアップブレス (会員様限定)鈴木	10:00～11:00 SLOW FLOW YOGA (会員様限定)岩上	10:00～11:00 スタンダード60 赤間		
12:00	11:00～12:00 スリムアップブレス (会員様限定)鈴木	11:30～12:30 スタンダード60 高森	11:30～12:30 DEEP RELAX 60 高森	11:30～12:30 肩コリラックスヨガ 高森	11:30～12:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋	10:00～10:45 SURF EXERCISE Beauty Lower Body Mari	
13:00	12:30～13:30 DEEP RELAX 60 高森	12:10～12:55 SURF EXERCISE SURF YOGA Mari	12:10～12:55 SURF EXERCISE BASIC Shiori		12:10～12:55 SURF EXERCISE BALANCE Mari	11:00～12:00 リンパデックスヨガ 谷麻	11:00～12:30 アドバанс90 (会員様限定) 岩上
14:00		13:00～14:00 青中美人ヨガ 高橋	13:00～14:00 リンパデックスヨガ 声楽	13:00～14:00 凹ますヨガティス 岩上	13:00～14:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 赤間	12:30～13:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)岩上	13:00～14:00 スタンダード60 高橋
15:00	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 谷麻					14:00～15:00 Sound Feel Yoga 声楽	13:30～14:15 SURF EXERCISE BALANCE Mari
16:00							14:30～15:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 高森
17:00	15:30～16:30 スタンダード60 荒井						15:00～15:45 SURF EXERCISE BASIC Shiori
18:00	17:00～18:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋	18:00～19:10 ディープレスヨガ (会員様限定)谷麻	18:00～19:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 荒井	18:00～19:00 スタンダード60 荒井	17:00～18:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 赤間	17:30～18:30 リンパデックスヨガ 鈴木
19:00		19:00～19:45 SURF EXERCISE BASIC Shiori		19:00～19:45 SURF EXERCISE Circuit Shape Step (会員様限定)Shiori	19:00～19:45 SURF EXERCISE BALANCE Kaoru		
20:00	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 赤間	19:30～20:30 スタンダード60 荒井	19:30～20:30 セルトル美脚ヨガ 声楽	19:30～20:30 リンパデックスヨガ 声楽			
21:00		20:45～21:30 SURF EXERCISE Beauty Lower Body Kaoru					
22:00	21:00～22:00 SUMO YOGA 声楽	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 高橋	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 高橋	21:00～22:00 スタンダード60 赤間	21:00～22:00 スリムアップブレス (会員様限定)谷麻		

定休日

仙台店【2月24日～2月29日スケジュール】

2月24日(月)	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 骨盤矯正ヨガ 岩上	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 鈴木	10:00～11:00 Sound Feel Yoga 谷麻	10:00～11:00 青中美人ヨガ 岩上	10:00～11:00 DEEP RELAX 60 赤間		
11:00	11:30～12:30 SUMO YOGA 赤間	11:30～12:30 リンパデックスヨガ 高橋	11:30～12:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)岩上	11:30～12:30 スタンダード60 赤間			
12:00	12:10～12:55 SURF EXERCISE BALANCE Mari		12:10～12:55 SURF EXERCISE Beauty Lower Body Kaoru		11:00～12:00 凹ますヨガティス 高橋		
13:00	13:00～14:00 スタンダード60 荒井	13:00～13:45 Beat Drum Diet3.0 Get Up Edition 鈴木	13:00～14:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 高橋	13:00～14:00 リンパデックスヨガ 鈴木	12:30～13:30 セルトル美脚ヨガ 高橋		
14:00					13:30～14:15 SURF EXERCISE BALANCE Mari		
15:00					14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 高橋		
16:00					15:30～16:30 スタンダード60 荒井		
17:00					18:00～19:00 Sound Feel Yoga 谷麻	17:00～18:00 スリムアップブレス (会員様限定)谷麻	
18:00	18:00～19:00 脚活ヨガ 高森	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 高橋			19:00～19:45 SURF EXERCISE BASIC Shiori		
19:00		19:00～19:45 SURF EXERCISE Circuit Shape Step (会員様限定)Shiori			19:30～20:30 スタンダード60 荒井		
20:00	19:30～20:30 ホットピラティス 高橋	19:30～20:30 スタンダード60 赤間	19:00～20:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 岩上	19:30～20:30 スタンダード60 荒井			
21:00	20:45～21:30 SURF EXERCISE Circuit Shape Step (会員様限定)Shiori		20:45～21:30 SURF EXERCISE BALANCE Mari				
22:00	21:00～22:00 DEEP RELAX 60 谷麻	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)谷麻	21:00～22:00 青中美人ヨガ 谷麻	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 高森			

【予約・お問い合わせ・キャンセル更コールセンター】

専用ダイヤル: 0570-666-669

(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。