

山形店【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 リンパデトックスヨガ 目黒	10:00～11:00 セルトル美脚ヨガ 朝倉		10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 助供	10:00～11:00 はじめてのバーニング (会員様限定)藤井	10:00～11:00 腸活ヨガ 都丸	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 目黒	10:00～11:00 スリムアッププレス (会員様限定)藤井
11:00				11:20～12:20 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 都丸				
12:00	11:30～12:30 SUMO YOGA 朝倉			11:30～12:30 骨盤矯正ヨガ 目黒	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 藤井	11:30～12:30 スタンダード60 朝倉	11:30～12:30 セルトル美脚ヨガ 朝倉	11:30～12:30 スタンダード60 都丸
13:00		12:40～14:10 アドバンス90 (会員様限定) 目黒		13:00～14:00 スタンダード60 助供	13:00～14:00 リンパデトックスヨガ 助供	13:00～14:00 青中美人ヨガ 都丸	13:00～14:00 腸活ヨガ 都丸	13:00～14:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 朝倉
14:00								
15:00	14:30～15:30 ホットピラティス 藤井	14:30～15:30 スタンダード60 朝倉						14:30～15:15 Beat Drum Diet3.0 Get Up Edition 助供
16:00								
17:00								
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 朝倉	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 目黒		18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤井	18:00～19:00 腸活ヨガ 都丸	18:00～19:00 SUMO YOGA 朝倉	18:00～19:00 スタンダード60 助供	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 助供
19:00								
20:00								
21:00								
22:00								

定
休
日

山形店【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	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 朝倉		10:00～11:00 寝せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)助供	10:00～11:00 スタンダード60 助供	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 助供	10:00～10:45 Beat Drum Diet3.0 Get Up Edition 助供	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 助供
11:00							
12:00	11:30～12:30 スリムアッププレス (会員様限定)藤井		11:30～12:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 助供	11:30～12:30 はじめてのバーニング (会員様限定)藤井	11:30～12:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 目黒	11:30～12:30 DEEP RELAX 60 目黒	11:30～12:30 骨盤矯正ヨガ 目黒
13:00	13:00～14:00 スタンダード60 朝倉		13:00～14:00 骨盤矯正ヨガ 目黒	13:00～14:00 スタンダード60 藤井	13:00～14:00 ホットピラティス 藤井	13:00～14:00 腸活ヨガ 助供	13:00～14:00 スタンダード60 助供
14:00							
15:00	14:30～15:30 骨盤矯正ヨガ 助供		14:30～15:30 SUMO YOGA 朝倉				14:30～15:30 Sound Feel Yoga 藤井
16:00							
17:00	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 藤井		17:30～18:30 スタンダード60 朝倉				17:30～18:30 SUMO YOGA 朝倉
18:00							
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。

山形店【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	10:00～11:00 スタンダード60 都丸		10:00～11:30 アロマリラックスヨガ (会員様限定) 目黒	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 助供	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 都丸	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)助供	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 目黒	10:00～11:00 スタンダード60 朝倉
11:00								
12:00	11:30～12:30 フェイスアップヨガ 朝倉			11:30～12:30 DEEP RELAX 60 目黒	11:30～12:30 SUMO YOGA 朝倉	11:30～12:30 スタンダード60 朝倉	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 都丸	11:30～12:30 Sound Feel Yoga 藤井
13:00	13:00～14:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 都丸		13:10～14:10 スタンダード60 目黒	13:00～14:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)助供	13:00～14:00 腸活ヨガ 都丸	13:00～14:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 助供	13:00～14:00 フェイスアップヨガ 朝倉	13:00～14:00 骨盤矯正ヨガ 藤井
14:00								
15:00	14:30～15:15 Beat Drum Diet3.0 Get Up Edition 助供						14:30～15:30 はじめてのハーネスヨガ (会員様限定)藤井	14:30～15:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 朝倉
16:00								
17:00	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 目黒						17:30～18:30 スタンダード60 朝倉	17:30～18:30 骨中美人ヨガ 都丸
18:00			18:00～19:00 ホットピラティス 藤井	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 朝倉	18:00～19:00 はじめてのハーネスヨガ (会員様限定)藤井	18:00～19:00 腸活ヨガ 都丸		
19:00								
20:00			19:30～20:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 助供	19:30～20:30 骨中美人ヨガ 都丸	19:30～20:30 スタンダード60 目黒	19:30～20:30 SUMO YOGA 朝倉		
21:00			20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 藤井	20:50～21:50 スタンダード60 藤井	20:50～21:50 美姿勢 アンチエイジングヨガ 助供	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 都丸		
22:00								

定
休
日

山形店【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 Sound Feel Yoga 藤井	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 助供	10:00～11:00 スタンダード60 都丸	10:00～11:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 助供	10:00～11:00 SUMO YOGA 朝倉
11:00						
12:00		11:30～12:30 スタンダード60 目黒	11:30～12:30 骨中美人ヨガ 目黒	11:30～12:30 SUMO YOGA 朝倉	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 都丸	11:30～12:30 腸活ヨガ 都丸
13:00		13:00～14:00 腸活ヨガ 都丸	13:00～14:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 都丸	13:00～14:00 フェイスアップヨガ 都丸	13:00～14:00 骨盤矯正ヨガ 助供	13:00～14:00 スタンダード60 助供
14:00						14:30～15:30 Sound Feel Yoga 藤井
15:00						
16:00						
17:00						17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 藤井
18:00		18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 都丸	18:00～19:00 腸活ヨガ 都丸	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 目黒	18:00～19:00 ホットピラティス 藤井	
19:00		19:30～20:15 Beat Drum Diet3.0 Get Up Edition 助供	19:30～20:30 DEEP RELAX 60 目黒	19:30～20:30 セルトル美脚ヨガ 朝倉	19:30～20:30 スタンダード60 朝倉	
20:00						
21:00		20:50～21:50 フェイスアップヨガ 朝倉	20:50～21:50 スタンダード60 都丸	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 目黒	20:50～21:50 凹ますヨガティス 藤井	
22:00						

定
休
日

【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: 0570-866-988
(平日/土曜日 受付時間 8:30～21:00)
(日曜日/祝日 受付時間 8:30～18:00)

※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。