

各務原店【3月1日～3月8日スケジュール】

2020年 3月 13日更新

	3月1日(日)	3月2日(月)	3月3日(火)	3月4日(水)	3月5日(木)	3月6日(金)	3月7日(土)	3月8日(日)
9:00								
10:00	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 若原		10:00～11:00 Sound Feel Yoga 社橋	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 社橋	10:00～11:00 スタンダード60 若原	10:00～11:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 社橋	10:00～11:00 スタンダード60 若原	
11:00								
12:00	11:45～12:45 ゆるめてゆがみとりヨガ 社橋		11:45～12:45 スタンダード60 若原	11:45～12:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX	11:45～12:45 背中美人ヨガ 若原	11:45～12:45 肩コリラックスヨガ 小松	11:45～12:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)小松	
13:00								
14:00	13:30～14:30 SUMO YOGA 高橋		13:30～14:30 腸活ヨガ 社橋	13:30～14:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)社橋	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 若原	13:30～14:30 スタンダード60 若原	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 君島	
15:00	15:15～16:15 スタンダード60 若原						15:15～16:15 スタンダード60 若原	
16:00								
17:00	17:00～18:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)社橋						17:00～18:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)君島	
18:00			17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 君島	17:30～18:30 スタンダード60 高橋	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 高橋	17:30～18:30 ダイエットヨガ (会員様限定)高橋		
19:00								
20:00			19:15～20:15 スタンダード60 高橋	19:15～20:15 ホットピラティス 君島	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小松	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小松		
21:00								
22:00			20:50～21:50 スリムアッププレス (会員様限定)君島	20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 高橋	20:50～21:50 スタンダード60 高橋	20:50～21:50 凹ますヨガティス 君島		

臨時休業日

各務原店【3月9日～3月15日スケジュール】

	3月9日(月)	3月10日(火)	3月11日(水)	3月12日(木)	3月13日(金)	3月14日(土)	3月15日(日)
9:00							
10:00		10:00～11:00 背中美人ヨガ 社橋	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 高橋	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 小松	10:00～11:00 スタンダード60 若原	10:00～11:00 凹ますヨガティス 君島	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 君島
11:00							
12:00		11:45～12:45 スタンダード60 高橋	11:45～12:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小松	11:45～12:45 ゆるめてゆがみとりヨガ 社橋	11:45～12:45 スリムアッププレス (会員様限定)君島	11:45～12:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小松	11:45～12:45 ダイエットヨガ (会員様限定)高橋
13:00							
14:00		13:30～14:30 腸活ヨガ 社橋	13:30～14:30 スタンダード60 高橋	13:30～14:30 セルトル美脚ヨガ 小松	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小松	13:30～14:30 スタンダード60 若原	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 若原
15:00							
16:00							15:15～16:15 リンパデトックスヨガ 君島
17:00							15:15～16:15 スリムアッププレス (会員様限定)君島
18:00		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 若原		17:30～18:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 小玉	17:30～18:30 スタンダード60 高橋	17:30～18:30 SUMO YOGA 高橋	17:00～17:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小松
19:00							
20:00		19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)君島		19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 若原	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 社橋	19:15～20:15 スタンダード60 小松	
21:00		20:50～21:50 スタンダード60 若原		20:50～21:50 ホットピラティス 社橋	20:50～21:50 ココカラガリセトヨガ 高橋	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 社橋	
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: 0570-888-980
(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。

◆当日にキャンセルをされる場合はレッスン開始の1時間前までは
インナーホート及びメ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、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。

各務原店【3月16日～3月23日スケジュール】

	3月16日(月)	3月17日(火)	3月18日(水)	3月19日(木)	3月20日(金)	3月21日(土)	3月22日(日)	3月23日(月)
定 休 日								
		10:00～11:00 SUMO YOGA 高橋	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 辻樺	10:00～11:00 ココカラガ'セトヨガ' 高橋	10:00～11:00 脚活ヨガ 辻樺	10:00～11:00 スタンダード60 未定	10:00～10:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小玉	
	11:45～12:45 スタンダード60 長野	11:45～12:45 フェイスアップヨガ 石毛	11:45～12:45 ダイエットヨガ (会員様限定)若原	11:45～12:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 君島	11:45～12:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 君島	11:45～12:45 リンパデトックスヨガ 君島		
	13:30～15:00 アドバンス90 (会員様限定) 辻樺	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 高橋	13:30～14:30 ホットピラティス 君島	13:30～14:30 スタンダード60 未定	13:30～14:30 肩コリラックスヨガ 小松	13:30～14:30 背中美人ヨガ 辻樺		
							15:15～16:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 長野	
	15:15～16:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)辻樺	15:15～16:15 骨盤矯正ヨガ 高橋	15:15～16:15 Sound Feel Yoga 辻樺	15:15～16:15 スタンダード60 若原	15:15～16:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小松	15:15～16:15 ゆるめてゆがみとりヨガ 辻樺		
	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 君島	17:30～18:30 脚活ヨガ 石毛	17:30～18:30 スタンダード60 未定	17:30～18:00 セルトル美脚ヨガ 内藤	17:00～18:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小松	17:00～18:00 ゆるめてゆがみとりヨガ 辻樺		
	19:15～20:15 スタンダード60 未定	19:15～20:15 はじめてのハ'ワ'ヨガ' (会員様限定)君島	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 君島					
	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 君島	20:50～21:50 スタンダード60 未定	20:50～21:50 背中美人ヨガ 辻樺					

各務原店【3月24日～3月31日スケジュール】

	3月24日(火)	3月25日(水)	3月26日(木)	3月27日(金)	3月28日(土)	3月29日(日)	3月30日(月)	3月31日(火)
定 休 日								
	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 君島	10:00～11:00 ホットピラティス 辻樺	10:00～11:00 スタンダード60 小松	10:00～11:00 はじめてのハ'ワ'ヨガ' (会員様限定)辻樺	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 辻樺	10:00～11:00 スタンダード60 未定	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 君島	
							11:45～12:45 リンパデトックスヨガ 辻樺	
	11:45～12:45 スタンダード60 未定	11:45～12:45 スリムアップブレス (会員様限定)君島	11:45～12:45 回ますヨガティス 君島	11:45～12:45 リンパデトックスヨガ 君島	11:45～12:45 スタンダード60 未定	11:45～12:45 セルトル美脚ヨガ 小松		
							13:30～14:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 君島	
	13:30～14:40 ディープブレスヨガ (会員様限定)君島	13:30～14:30 スタンダード60 未定	13:30～14:30 肩コリラックスヨガ 小松	13:30～14:30 スタンダード60 辻樺	13:30～14:30 ダイエットヨガ (会員様限定)高橋	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 辻樺		
							15:15～16:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 若原	
							17:00～18:00 スタンダード60 辻樺	
							17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 小松	
							19:15～20:15 スタンダード60 未定	
							20:50～21:35 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小松	

【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: 0570-866-989
(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。

※ロゴの会員様は追加受講料がかかります。