

上里店【2月1日～2月8日スケジュール】

2021年 1月 15日更新

	2月 1日(月)	2月 2日(火)	2月 3日(水)	2月 4日(木)	2月 5日(金)	2月 6日(土)	2月 7日(日)	2月 8日(月)
9:00	定休日							定休日
10:00								
11:00		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 永島	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 青木		10:30～11:30 Sound Feel Yoga 木村	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 鶴岡	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 木村	
12:00								
13:00		12:15～13:15 スタンダード60 鶴岡	12:15～13:15 K-POP DANCE MASTER Dynamite MIX 永島		12:15～13:15 青盤矯正ヨガ 青木	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 永島	12:15～13:15 フェイスアップヨガ 青木	
14:00			14:00～15:00 はじめての「ハワ-30」 (会員様限定)青木			14:00～15:00 ホットピラティス 鶴岡	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 木村	
15:00								
16:00						15:45～16:45 スタンダード60 永島	15:45～16:45 SUMO YOGA 青木	
17:00								
18:00				17:30～18:30 スタンダード60 永島		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村		
19:00		19:15～20:15 凹まずヨガティス 鶴岡	19:15～20:15 背中美人ヨガ 木村	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 鶴岡	19:15～20:15 スタンダード60 鶴岡			
20:00								
21:00		20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 木村	20:50～21:50 美姿勢 アンチエイジングヨガ 鶴岡	20:50～21:50 コルカタリセットヨガ 青木	20:50～21:50 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 永島			
22:00								

上里店【2月9日～2月15日スケジュール】

	2月 9日(火)	2月 10日(水)	2月 11日(木)	2月 12日(金)	2月 13日(土)	2月 14日(日)	2月 15日(月)
9:00							定休日
10:00							
11:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 木村	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 永島	10:30～11:30 はじめての「ハワ-30」 (会員様限定)青木	10:30～11:30 スタンダード60 永島	10:30～11:30 コルカタリセットヨガ 青木	10:30～11:30 スリムアッププレス 木村	
12:00							
13:00	12:15～13:15 凹まずヨガティス 鶴岡	12:15～13:15 腸活ヨガ 青木	12:15～13:15 スタンダード60 永島	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 木村	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 鶴岡	
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 永島	14:00～15:00 ダイエットヨガ 青木		14:00～15:00 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 永島	14:00～15:00 スタンダード60 木村	
15:00							
16:00			15:45～16:45 Sound Feel Yoga 永島		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 木村	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 木村	
17:00							
18:00			17:30～18:30 青盤矯正ヨガ 青木		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 永島		
19:00	19:15～20:15 フェイスアップヨガ 青木	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 青木		19:15～20:15 K-POP DANCE MASTER Dynamite MIX 永島			
20:00							
21:00	20:50～21:50 スタンダード60 永島	20:50～21:50 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 木村		20:50～21:50 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 青木			
22:00							

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-969 営業時間 9:00～18:00 ※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)

◆クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

◆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。

◆当日にキャンセルをされる場合はレッスン開始の一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。

◆レッスン開始時刻一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二回以上で、翌月の予約可能回数が一回ずつに制限されます。

※キャンセル料は発生致しませんが時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。

レッスンのWEB予約はこちらから♪



上里店【2月16日～2月23日スケジュール】

	2月 16日(火)	2月 17日(水)	2月 18日(木)	2月 19日(金)	2月 20日(土)	2月 21日(日)	2月 22日(月)	2月 23日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 鶴岡	10:30～11:30 ホットピラティス 鶴岡		10:30～11:30 フェイスアップヨガ 青木	10:30～11:30 SUMO YOGA 木村	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 鶴岡		10:30～11:30 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 永易
12:00								
13:00	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 永易	12:15～13:15 スリムアッププレス 木村		12:15～13:15 K-POP DANCE MASTER Dynamite MIX 永易	12:15～13:15 スタンダード60 永易	12:15～13:15 ダイエットヨガ 青木		12:15～13:15 ヨガラッパリセットヨガ 青木
14:00		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 鶴岡			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村	14:00～15:00 スタンダード60 鶴岡		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 鶴岡
15:00								
16:00					15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 永易	15:45～16:45 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定) 青木		15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 永易
17:00			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 鶴岡					17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 鶴岡
18:00					17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の館 青木 Edition 木村			
19:00	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 青木	19:15～20:15 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 永易	19:15～20:15 スタンダード60 永易	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 木村				
20:00								
21:00	20:50～21:50 SUMO YOGA 木村	20:50～21:50 ヨガラッパリセットヨガ 青木	20:50～21:50 凹ますヨガティス 鶴岡	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 鶴岡				
22:00								

定休日

上里店【2月24日～2月28日スケジュール】

	2月 24日(水)	2月 25日(木)	2月 26日(金)	2月 27日(土)	2月 28日(日)
9:00					
10:00					
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 青木		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 木村	10:30～11:30 凹ますヨガティス 鶴岡	10:30～11:30 スタンダード60 永易
12:00					
13:00					
14:00	14:00～15:00 背中美人ヨガ 青木			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 青木	14:00～15:00 K-POP DANCE MASTER Dynamite MIX 永易
15:00					
16:00				15:45～16:45 背中美人ヨガ 丹羽	15:45～17:15 アドバンス90 (会員様限定) 木村
17:00					
18:00		17:30～18:30 ホットピラティス 鶴岡		17:30～18:30 フェイスアップヨガ 青木	
19:00	19:15～20:15 スリムアッププレス 木村	19:15～20:15 闊活ヨガ 青木	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 永易		
20:00					
21:00	20:50～21:50 Sound Feel Yoga 永易	20:50～21:50 スタンダード60 鶴岡	20:50～21:50 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定) 青木		
22:00					

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-969 営業時間 9:00～18:00 ※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)

◆クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

◆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。

◆当日にキャンセルをされる場合はレッスン開始の一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。

◆レッスン開始時刻一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二回以上で、翌月の予約可能回数が一回ずつに制限されます。

※キャンセル料は発生致しませんが時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。

レッスンのWEB予約はこちらから♪

