

長岡店【7月1日～7月8日スケジュール】

2020/7/2 更新

	7月1日(水)	7月2日(木)	7月3日(金)	7月4日(土)	7月5日(日)	7月6日(月)	7月7日(火)	7月8日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 嶋貫		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 遼部	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 星野	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)星野		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 遼部	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 遼部
12:00								
	12:15～13:15 ダイエットヨガ (会員様限定)加藤		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 遼部	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 星野	12:15～13:15 スタンダード60 嶋貫		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 遼部	12:15～13:15 SUMO YOGA 星野
13:00								
14:00								
	14:00～15:00 コアカラリセツヨガ 加藤			14:00～15:00 スタンダード60 嶋貫	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 星野			14:00～15:00 スタンダード60 遼部
15:00								
16:00				15:45～16:45 フェイスアップヨガ 加藤	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 星野			
17:00								
18:00		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 遼部		17:30～18:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)加藤				
19:00								
	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 星野	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 星野	19:15～20:15 スタンダード60 嶋貫				19:15～20:15 背中美人ヨガ 星野	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 加藤
20:00								
21:00	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 遼部	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 遼部	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 加藤				21:00～22:00 スタンダード60 加藤	21:00～22:00 腸活ヨガ 加藤
22:00								

定休日

長岡店【7月9日～7月15日スケジュール】

	7月9日(木)	7月10日(金)	7月11日(土)	7月12日(日)	7月13日(月)	7月14日(火)	7月15日(水)
9:00							
10:00							
11:00		10:30～11:30 Sound Feel Yoga 星野	10:30～11:30 背中美人ヨガ 星野	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 遼部		10:30～11:30 スタンダード60 加藤	10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)加藤
12:00							
		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 星野	12:15～13:15 スタンダード60 嶋貫	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 遼部		12:15～13:15 腸活ヨガ 遼部	12:15～13:15 スタンダード60 嶋貫
13:00							
14:00			14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 遼部	14:00～15:00 スタンダード60 嶋貫			
15:00							
16:00			15:45～16:45 SUMO YOGA 星野	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 遼部			
17:00							
	17:30～18:30 スタンダード60 嶋貫		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 遼部				
19:00							
	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 遼部	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 遼部				19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)星野	19:15～20:15 腸活ヨガ 加藤
20:00							
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 遼部	21:00～22:00 ダイエットヨガ (会員様限定)加藤				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 星野	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 星野
22:00							

定休日

【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:0570-888-988 (平日/土日祝 受付時間 9:00～18:00)

※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。

※ロイブの会員様は追加費がかかります。

長岡店【7月16日～7月23日スケジュール】

	7月16日(木)	7月17日(金)	7月18日(土)	7月19日(日)	7月20日(月)	7月21日(火)	7月22日(水)	7月23日(木)
9:00								
10:00				[予約不要]美脚トレ				
11:00		10:30～11:30 スタンダード60 嶋貫	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 加藤	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 加藤		10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)加藤	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 星野	10:30～11:30 腹筋MAX (会員様限定)星野
12:00		[予約不要]頭スッキマッサージ				[予約不要]寝たままヨガ		
13:00		12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 遊部	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 遊部	12:15～13:15 腹筋MAX (会員様限定)星野		12:15～13:15 Sound Feel Yoga 星野	12:15～13:15 背中美人ヨガ 星野	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 遊部
14:00		[予約不要]美脚ストレッチ	[予約不要]寝たままヨガ					
15:00			14:00～15:00 フェイスアップヨガ 加藤	[予約不要]発汗マッサージ 14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 遊部			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 加藤	14:00～15:00 背中美人ヨガ 星野
16:00			[予約不要]美脚トレ	15:45～16:45 肩コリラックスヨガ 遊部			[予約不要]寝たままヨガ	15:45～16:45 腸活ヨガ 遊部
17:00			17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 遊部					17:30～18:30 スタンダード60 嶋貫
18:00	17:30～18:30 コホカガリセットヨガ 加藤							
19:00	[予約不要]発汗マッサージ 19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 星野	[予約不要]コアトレ 19:15～20:15 SUMO YOGA 星野				19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 遊部	19:15～20:15 スタンダード60 嶋貫	
20:00						[予約不要]美脚ストレッチ	[予約不要]頭スッキマッサージ	
21:00	[予約不要]コアトレ 21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)星野	21:00～22:00 腸活ヨガ 加藤				21:00～22:00 スタンダード60 嶋貫	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 遊部	
22:00								

定休日

長岡店【7月24日～7月29日スケジュール】

	7月24日(金)	7月25日(土)	7月26日(日)	7月27日(月)	7月28日(火)	7月29日(水)	7月30日(木)	7月31日(金)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 ホットピラティス 遊部	10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)加藤	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 加藤		10:30～11:30 Sound Feel Yoga 星野	10:30～11:30 腸活ヨガ 加藤		10:30～11:30 SUMO YOGA 星野
12:00								
13:00	12:15～13:15 背中美人ヨガ 星野	12:15～13:15 スタンダード60 嶋貫	12:15～13:15 腸活ヨガ 加藤		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 加藤	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)星野		12:15～13:15 スタンダード60 嶋貫
14:00	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 遊部	14:00～15:00 腹筋MAX (会員様限定)星野	14:00～15:00 スタンダード60 嶋貫			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 加藤		
15:00								
16:00	15:45～16:45 スタンダード60 嶋貫	15:45～16:45 腸活ヨガ 加藤	15:45～16:45 ダイエットヨガ (会員様限定)加藤					
17:00								
18:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 星野	17:30～18:30 背中美人ヨガ 星野					17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 遊部	
19:00								
20:00					19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 遊部	19:15～20:15 スタンダード60 嶋貫	19:15～20:15 腹筋MAX (会員様限定)星野	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 遊部
21:00					21:00～22:00 スタンダード60 嶋貫	21:00～22:00 ホットピラティス 遊部	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 遊部	21:00～22:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)加藤
22:00								

定休日

【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: 0570-888-989 (平日/土日祝 受付時間 9:00～18:00)

※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。

※ロイブの会員様は追加受講料がかかります。