

長岡店【9月1日～9月8日スケジュール】

2020/8/15 更新

	9月1日(火)	9月2日(水)	9月3日(木)	9月4日(金)	9月5日(土)	9月6日(日)	9月7日(月)	9月8日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 星野	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 道部		10:30～11:30 背中美人ヨガ 星野	10:30～11:30 ホットピラティス 道部	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 加藤		10:30～11:30 スタンダード60 嶋貫
12:00								
12:15	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 嶋貫		12:15～13:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)加藤	12:15～13:15 腸活ヨガ 加藤	12:15～13:15 腹筋MAX 星野		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
13:00								
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 嶋貫			14:00～15:00 フェイスアップヨガ 加藤	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 加藤		
15:00								
16:00					15:45～16:45 スタンダード60 嶋貫	15:45～16:45 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 星野		
17:00								
18:00			17:30～18:30 腹筋MAX 星野		17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 道部			
19:00								
19:15	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 道部	19:15～20:15 SUMO YOGA 星野	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 加藤	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 道部				19:15～20:15 Sound Feel Yoga 星野
20:00								
21:00	21:00～22:00 はじめてのハワ-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 ダイエットヨガ (会員様限定)加藤	21:00～22:00 スタンダード60 嶋貫				21:00～22:00 腸活ヨガ 道部
22:00								

定休日

長岡店【9月9日～9月15日スケジュール】

	9月9日(水)	9月10日(木)	9月11日(金)	9月12日(土)	9月13日(日)	9月14日(月)	9月15日(火)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 Get Up Edition 加藤		10:30～11:30 腸活ヨガ 加藤	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 加藤	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 嶋貫		10:30～11:30 腹筋MAX 星野
12:00							
12:15	12:15～13:15 スタンダード60 嶋貫		12:15～13:15 SUMO YOGA 星野	12:15～13:15 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 星野	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 道部		12:15～13:15 コロカタリセットヨガ 加藤
13:00							
14:00	14:00～15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)加藤			14:00～15:00 スタンダード60 嶋貫	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 道部		
15:00							
16:00				15:45～16:45 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)加藤	15:45～16:45 スタンダード60 嶋貫		
17:00							
18:00		17:30～18:30 コロカタリセットヨガ 加藤		17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 加藤			
19:00							
19:15	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 道部	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 星野	19:15～20:15 スタンダード60 嶋貫				19:15～20:15 ホットピラティス 道部
20:00							
21:00	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 嶋貫	21:00～22:00 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 星野	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 道部				21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 道部
22:00							

定休日

【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)

- ◆病气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。
- ◆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▶



長岡店【9月16日～9月23日スケジュール】

	9月16日(水)	9月17日(木)	9月18日(金)	9月19日(土)	9月20日(日)	9月21日(月)	9月22日(火)	9月23日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 加藤		10:30～11:30 ホットピラティス 遊部	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 加藤	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 星野		10:30～11:30 Sound Feel Yoga 星野	10:30～11:30 スタンダード60 遊部
12:00	12:15～13:15 腹筋MAX 星野		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 遊部	12:15～13:15 スタンダード60 嶋寛	12:15～13:15 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 星野		12:15～13:15 スタンダード60 嶋寛	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 嶋寛
13:00								
14:00	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 加藤			14:00～15:00 腹筋MAX 星野	14:00～15:00 スタンダード60 嶋寛		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 Get Up Edition 加藤	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 遊部
15:00								
16:00				15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 加藤	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 嶋寛		15:45～16:45 肩コリラックスヨガ 遊部	
17:00		17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 遊部		17:30～18:30 SUMO YOGA 星野			17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 遊部	
18:00								
19:00	19:15～20:15 背中美人ヨガ 星野	19:15～20:15 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 星野	19:15～20:15 スタンダード60 嶋寛					19:15～20:15 ダイエットヨガ (会員様限定)加藤
20:00								
21:00	21:00～22:00 腸活ヨガ 遊部	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 遊部	21:00～22:00 ダイエットヨガ (会員様限定)加藤					21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 加藤
22:00								

定休日

長岡店【9月24日～9月31日スケジュール】

	9月24日(木)	9月25日(金)	9月26日(土)	9月27日(日)	9月28日(月)	9月29日(火)	9月30日(水)
9:00							
10:00		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 星野	10:30～11:30 ホットピラティス 遊部	10:30～11:30 スタンダード60 遊部		10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 遊部	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 遊部
11:00							
12:00		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 加藤	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 遊部	12:15～13:15 腹筋MAX 星野		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 近藤	12:15～13:15 ホットピラティス 遊部
13:00							
14:00			14:00～15:00 背中美人ヨガ 星野	14:00～15:00 腸活ヨガ 遊部			14:00～15:00 スリムアッププレス (会員様限定)近藤
15:00							
16:00			15:45～16:45 スタンダード60 遊部	15:45～16:45 SUMO YOGA 星野			
17:00							
18:00	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)星野		17:30～18:30 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 星野				
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 嶋寛	19:15～20:15 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)加藤				19:15～20:15 コロシアタリセットヨガ 近藤	19:15～20:15 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 星野
20:00							
21:00	21:00～22:00 腹筋MAX 星野	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 遊部				21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 嶋寛	21:00～22:00 スタンダード60 嶋寛
22:00							

定休日

【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)

- ◆病气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。
- ◆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▶

