

金沢ラパーク店【12月1日～12月8日スケジュール】

2020年 11月 15日更新

	12月1日(火)	12月2日(水)	12月3日(木)	12月4日(金)	12月5日(土)	12月6日(日)	12月7日(月)	12月8日(火)	
9:00									
10:00									
11:00	10:30～11:30 腸活ヨガ 淺輪	10:30～11:30 背中美人ヨガ 小笠原		10:30～11:30 スタンダード60 淺輪	10:30～11:30 ココロが「セット」が 小笠原	10:30～11:40 ディープブレスヨガ (会員様限定) 鍋谷		10:30～12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 松本	
12:00	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の胸背中Edition 小笠原	12:15～13:15 スタンダード60 淺輪		12:15～13:05 全身引締MAX 松本	12:15～13:15 腸活ヨガ 淺輪	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 松本		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 小笠原	
14:00		14:00～15:00 はじめての「ハー」ヨガ (会員様限定)小笠原			14:00～15:00 背中美人ヨガ 小笠原	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鍋谷	定休日		
16:00					15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 松本				
17:00					17:30～18:30 SUMO YOGA 鍋谷				
18:00			17:30～18:30 スタンダード60 淺輪						
19:00	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 松本	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 鍋谷	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 松本	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小笠原					19:15～20:15 ホットピラティス 淺輪
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 鍋谷	21:00～21:50 全身引締MAX 松本	21:00～22:00 腸活ヨガ 淺輪	21:00～22:00 フェイスアップヨガ 松本				21:00～22:00 ココロが「セット」が 小笠原	
22:00									

金沢ラパーク店【12月9日～12月15日スケジュール】

	12月9日(水)	12月10日(木)	12月11日(金)	12月12日(土)	12月13日(日)	12月14日(月)	12月15日(火)	
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 凹ますヨガティス 鍋谷		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 小笠原	10:30～11:30 はじめての「ハー」ヨガ (会員様限定)小笠原	10:30～11:30 スタンダード60 淺輪		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 小笠原	
12:00	12:15～13:15 腸活ヨガ 松本		12:15～13:15 SUMO YOGA 鍋谷	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 鍋谷	12:15～13:15 背中美人ヨガ 小笠原		12:15～13:15 ココロが「セット」が 小笠原	
14:00	14:00～15:00 スリムアップブレス (会員様限定) 鍋谷			14:00～15:00 スタンダード60 小笠原	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 小笠原	定休日		
16:00				15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 鍋谷	15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の胸背中Edition 松本			
17:00								
18:00		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 松本		17:30～18:20 全身引締MAX 松本				
19:00	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の胸背中Edition 小笠原	19:15～20:15 スタンダード60 淺輪	19:15～20:05 全身引締MAX 松本					19:15～20:15 スタンダード60 松本
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 淺輪	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 松本	21:00～22:00 腸活ヨガ 淺輪				21:00～22:00 癒せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定) 鍋谷	
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。

レッスンのWEB予約はこちらから▶

◆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。



金沢ラパーク店【12月16日～12月23日スケジュール】

	12月16日(水)	12月17日(木)	12月18日(金)	12月19日(土)	12月20日(日)	12月21日(月)	12月22日(火)	12月23日(水)	
9:00									
10:00									
11:00	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 小笠原		10:30～11:30 K-POP WORKOUT Dynamite MDX 斉藤	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鍋谷	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 鍋谷		10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 松本	10:30～11:30 スタンダード60 浅輪	
12:00	12:15～13:15 ホットピラティス 浅輪		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 小笠原	12:15～13:15 凹ますヨガティス 鍋谷	12:15～13:05 全身引締MAX 松本		12:15～13:15 スタンダード60 浅輪	12:15～20:15 Sound Feel Yoga 松本	
13:00						定休日			
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小笠原			14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 松本	14:00～15:00 スタンダード60 浅輪			14:00～15:00 ホットピラティス 浅輪	
15:00									
16:00				15:45～16:45 腸活ヨガ 浅輪	15:45～16:45 スリムアッププレス (会員様限定) 鍋谷				
17:00									
18:00		17:30～18:30 背中美人ヨガ 小笠原		17:30～18:30 スタンダード60 松本					
19:00									
20:00	19:15～20:25 ディープレスヨガ (会員様限定) 鍋谷	19:15～20:15 腸活ヨガ 浅輪	19:15～20:15 ホットピラティス 浅輪					19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 鍋谷	19:15～20:15 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 鍋谷
21:00	21:00～22:00 K-POP WORKOUT Dynamite MDX 松本	21:00～22:00 はじめてのハリーヨガ (会員様限定) 小笠原	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 鍋谷					21:00～22:00 背中美人ヨガ 小笠原	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 小笠原
22:00									

金沢ラパーク店【12月24日～12月31日スケジュール】

	12月24日(木)	12月25日(金)	12月26日(土)	12月27日(日)	12月28日(月)	12月29日(火)	12月30日(水)	12月31日(木)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:30 SUMO YOGA 鍋谷	10:30～11:30 スタンダード60 浅輪	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 松本		10:30～11:30 スタンダード60 浅輪		
12:00		12:15～13:15 スタンダード60 浅輪	12:15～13:15 スリムアッププレス (会員様限定) 鍋谷	12:15～13:15 コロコロリセットヨガ 小笠原		12:15～13:15 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定) 鍋谷		
13:00								
14:00			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小笠原	14:00～15:00 K-POP WORKOUT Dynamite MDX 鍋谷		14:00～15:00 腸活ヨガ 浅輪	年末年始休業	年末年始休業
15:00								
16:00			15:45～16:45 はじめてのハリーヨガ (会員様限定) 小笠原	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 小笠原		15:45～17:45 108回太陽礼拝 (会員様限定) ※常温 松本		
17:00								
18:00	17:30～18:30 コロコロリセットヨガ 小笠原		17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 鍋谷					
19:00		19:00～20:00 フェイスアップヨガ 松本						
20:00								
21:00	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 松本	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 小笠原						
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。

レッスンのWEB予約はこちらから♪

◆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。

