

# 紀伊川辺店【4月1日～4月8日スケジュール】

2020年 4月 4日更新

	4月1日(水)	4月2日(木)	4月3日(金)	4月4日(土)	4月5日(日)	4月6日(月)	4月7日(火)	4月8日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)井手	10:30～11:30 スタンダード60 山下		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 山下	10:00～11:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)中筋	10:00～11:00 SUMO YOGA 井手		
12:00								
13:00	12:30～13:15 肩コリラックスヨガ 井手	12:30～13:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 山下	12:30～13:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)中筋		12:00～13:00 スタンダード60 中筋	12:00～13:00 Sound Feel Yoga 山下		
14:00								
15:00	14:30～15:30 スタンダード60 中筋	14:30～15:30 骨盤矯正ヨガ 中筋			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 井手	14:00～15:00 スタンダード60 山下		
16:00								
17:00								
18:00	18:45～19:45 Sound Feel Yoga 山下	18:45～19:45 ココカラダリセッショガ 中筋			16:00～17:30 アドバンス90 (会員様限定) 井手	16:00～17:00 リンパデトックスヨガ 渾谷		
19:00								
20:00								
21:00	20:30～21:30 スタンダード60 山下	20:30～21:30 スリムアッププレス (会員様限定)渾谷	20:30～21:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 井手		17:00～18:00 スタンダード60 井手	18:00～19:00 ダイエットヨガ (会員様限定)渾谷		
22:00								

定  
休  
日

# 紀伊川辺店【4月9日～4月15日スケジュール】

	4月9日(木)	4月10日(金)	4月11日(土)	4月12日(日)	4月13日(月)	4月14日(火)	4月15日(水)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 セルトル養脚ヨガ 中筋	10:30～11:30 スタンダード60 中筋		10:00～11:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)井手	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 中筋		
12:00							
13:00	12:30～13:30 スタンダード60 中筋	12:30～13:30 ココカラダリセッショガ 中筋		12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 井手	12:00～13:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)中筋		
14:00							
15:00	14:30～15:15 Best Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 渾谷			14:00～15:00 育中養人ヨガ 渾谷	14:00～15:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 渾谷		
16:00							
17:00							
18:00					16:00～17:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 山下	16:30～17:30 スタンダード60 渾谷	
19:00	18:45～19:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 山下	18:45～19:45 Sound Feel Yoga 山下				17:00～18:00 リンパデトックスヨガ 渾谷	
20:00							
21:00	20:30～21:30 ホットピラティス 渾谷	20:30～21:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 井手			18:45～19:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 井手	18:45～19:45 ココカラダリセッショガ 中筋	
22:00							

定  
休  
日

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付】  
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は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回づつに制限されます。

※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。

※ロープの会員様は追加受講料がかかります。

## 紀伊川辺店【4月16日～4月23日スケジュール】

	4月16日(木)	4月17日(金)	4月18日(土)	4月19日(日)	4月20日(月)	4月21日(火)	4月22日(水)	4月23日(木)
9:00								
10:00				10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 山下	10:00～11:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)中筋			
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 山下	10:30～12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 渾谷				10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 井手	10:30～11:40 ディーププレスヨガ (会員様限定)井手	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 山下
12:00				12:00～13:00 Sound Feel Yoga 山下	12:00～13:00 スタンダード60 中筋			
13:00	12:30～13:30 骨盤矯正ヨガ 中筋	12:45～13:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 山下				12:30～14:00 アドバанс90 (会員様限定) 井手	12:30～13:30 スタンダード60 山下	12:30～13:40 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)井手
14:00			14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 中筋	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 井手				
15:00	14:30～15:30 Sound Feel Yoga 山下					14:30～15:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 山下	14:30～15:30 スタンダード60 山下	
16:00			16:00～17:10 ディープヨガ (会員様限定)井手	16:00～17:30 リンパデトックスヨガ 渾谷				
17:00			17:00～18:00 Sound Feel Yoga 山下			17:00～17:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 渾谷		
18:00	18:45～19:45 スタンダード60 渾谷	18:45～19:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)井手		18:00～19:00 スタンダード60 中筋	18:00～19:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 井手	18:45～19:45 スタンダード60 山下	18:45～19:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)中筋	18:45～19:45 肩コリラックスヨガ 井手
20:00								
21:00	20:30～21:30 セルトル美脚ヨガ 中筋	20:30～21:30 スタンダード60 中筋				20:30～21:30 フェイスアップヨガ 渾谷	20:30～21:30 骨盤矯正ヨガ 中筋	20:30～21:30 ココカラガリセトヨガ 中筋
22:00								

定  
休  
日

## 紀伊川辺店【4月24日～4月30日スケジュール】

	4月24日(金)	4月25日(土)	4月26日(日)	4月27日(月)	4月28日(火)	4月29日(水)	4月30日(木)
9:00							
10:00					10:00～11:00 SUMO YOGA 井手		
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 山下	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 渾谷	10:00～11:00 背中美人ヨガ 渾谷			10:30～11:30 スタンダード60 渾谷	
12:00			12:00～13:00 回りますヨガティス 渾谷	12:00～13:00 スタンダード60 山下		12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 井手	12:30～13:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)中筋
13:00	12:30～13:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 渾谷						
14:00			14:00～15:00 スタンダード60 中筋	14:00～16:00 Sound Feel Yoga 山下		14:00～16:00 ダイエットヨガ (会員様限定)渾谷	
15:00							14:30～15:30 肩活ヨガ 渾谷
16:00			16:00～17:00 SUMO YOGA 井手	16:00～17:30 アドバанс90 (会員様限定) 井手		16:00～17:00 スタンダード60 中筋	
17:00							
18:00	17:00～18:00 スタンダード60 中筋	18:00～19:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)中筋		17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 井手		18:00～19:00 フェイスアップヨガ 渾谷	
19:00	18:45～19:45 ホットピラティス 渾谷				18:45～19:45 骨盤矯正ヨガ 中筋		18:45～19:55 ディープヨガ (会員様限定)井手
20:00							
21:00	20:30～21:30 セルトル美脚ヨガ 中筋			20:30～21:30 スタンダード60 井手		20:30～21:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 山下	
22:00							

◆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回づつに制限されます。

※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。

※ロープの会員様は追加受講料がかかります。

【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 8:30～18:00)

※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。