

札幌駅前店【1月1日～1月8日スケジュール】

2021年 1月26日更新

	1月1日(金)	1月2日(土)	1月3日(日)	1月4日(月)	1月5日(火)	1月6日(水)	1月7日(木)	1月8日(金)
9:00								
10:00					10:30~12:00 アドバックス90 (会員様限定) 西川	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 戸水		10:30~11:30 リンパデトックスヨガ 菅原
11:00								
12:00								12:15~13:15 はじめてのバーべー (会員様限定)西川
13:00								
14:00			14:00~15:00 肩コリラックスヨガ 西川			12:45~13:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 佐柄	12:15~13:15 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 菅原	
15:00								
16:00			15:45~16:45 はじめてのバーべー (会員様限定)菅原				14:00~15:00 スタンダード60 佐柄	
17:00								17:20~18:30 ディープレスヨガ (会員様限定)橋
18:00			17:30~18:30 ココカラガリセッショナ 佐柄					17:30~18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 安達
19:00								
20:00					19:15~20:15 Sound Feel Yoga 菅原	19:15~20:05 脂肪燃焼コース ホットボクササイズett 似鳥	19:15~20:15 SUMO YOGA 大島	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 戸水
21:00								
22:00					21:00~22:00 スタンダード60 安達	21:00~22:00 ダイエットヨガ 大島	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ 西川	21:00~22:00 ホットピラティス 大島

札幌駅前店【1月9日～1月15日スケジュール】

	1月9日(土)	1月10日(日)	1月11日(月)	1月12日(火)	1月13日(水)	1月14日(木)	1月15日(金)
9:00							
10:00							10:30~11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 橋
11:00	10:30~11:30 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 菅原	10:30~11:30 筋活ヨガ 佐柄	10:30~11:30 スタンダード60 安達	10:30~11:30 ダイエットヨガ 大島	10:30~11:30 ホットピラティス 大島		
12:00	12:15~13:15 スタンダード60 大島	12:15~13:15 SUMO YOGA 大島	12:15~13:05 全身引翰MAX 佐柄	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 安達	12:15~13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 安達		12:15~13:15 骨盤矯正ヨガ 櫻井
13:00							
14:00	14:00~15:00 背中美人ヨガ 佐柄	14:00~15:00 スタンダード60 佐柄	14:00~15:00 はじめてのバーヨガ (会員様限定)西川	14:00~15:30 FIRE (会員様限定) 川上			14:00~15:00 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 十島
15:00							
16:00	15:45~16:35 脂肪燃焼コース サーキットシェイプ 似鳥	15:45~16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 安達	15:45~16:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 安達				
17:00	17:20~18:20 肩コリラックスヨガ 大島		17:30~18:30 Sound Feel Yoga 菅原		17:30~18:30 はじめてのバーヨガ (会員様限定)北島	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 安達	
18:00							
19:00							
20:00							
21:00				19:15~20:15 セルトル美脚ヨガ 菅原	19:15~20:05 脂肪燃焼コース マーシャルワークアウト 似鳥	19:15~20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 橋	18:45~20:15 WATER (会員様限定) 北島
22:00				21:00~22:00 コロカラゲリセトヨガ 佐柄	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ 菅原	21:00~22:00 ダイエットヨガ 大島	21:00~22:00 スタンダード60 伊藤

【お問い合わせセンター】 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電話にて、お電話にてご連絡下さい。お電話にてご連絡下さい。

◆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。

当社による上記料金は発生致し、本件を終了時間より以降、上記料金は上記料金の二倍を適用する。

レッスンのWEB予約はこちらから♪



札幌駅前店【1月16日～1月23日スケジュール】

	1月16日(土)	1月17日(日)	1月18日(月)	1月19日(火)	1月20日(水)	1月21日(木)	1月22日(金)	1月23日(土)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 櫻井	10:30～11:30 ホットピラティス 小澤		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 川上	10:30～11:30 はじめてのハーネス (会員様限定) 北島		10:30～11:20 全身引締MAX 伊藤	10:30～11:30 はじめてのハーネス (会員様限定) 菅原
12:00				12:15～13:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 橋	12:15～13:15 アドバンス90 (会員様限定) 橋	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 小澤		12:15～13:15 スタンダード60 菅原
13:00								
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小澤	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 伊藤			14:00～15:00 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 十島		14:00～15:10 ディープレッスヨガ (会員様限定) 川上	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小澤和
15:00								
16:00	15:45～16:35 脂肪燃焼コース サーフィットシェイプ 似鳥	15:45～16:45 腸活ヨガ 小澤						15:45～16:25 脂肪燃焼コース サーフィットシェイプ 似鳥
17:00	17:20～18:20 Sound Feel Yoga 笠井			17:30～18:30 SUMO YOGA 川上		17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 橋		17:20～18:20 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 菅原
18:00								
19:00								
20:00				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小澤	19:15～20:05 脂肪燃焼コース ホットボクサダイエット 似鳥	19:15～20:15 ホットピラティス 菅原		20:30～22:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 西川
21:00						21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 笠井	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 笠井	21:00～22:00 はじめてのハーネス (会員様限定) 西川
22:00								

定休日

札幌駅前店【1月24日～1月31日スケジュール】

	1月24日(日)	1月25日(月)	1月26日(火)	1月27日(水)	1月28日(木)	1月29日(金)	1月30日(土)	1月31日(日)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 小澤和	10:30～11:30 K-POP DANCE MASTER Dynamite MIX 菅原	10:30～11:30 ホットピラティス 大島	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 笠井		10:30～12:00 FIRE (会員様限定) 北島	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 菅原	10:30～11:30 スタンダード60 佐柄
12:00								
13:00	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 菅原	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 橋	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 菅原	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 大島		12:45～13:45 スタンダード60 安達	12:15～13:15 ダイエットヨガ 大島	12:15～13:15 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 菅原
14:00	14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 二の脇骨中Edition 小澤和		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 橋			14:30～15:30 凹ますヨガティス 菅原	14:00～15:30 アドバンス90 (会員様限定) 西川	
15:00								
16:00	15:30～16:30 肩コリラックスヨガ 佐柄						15:45～16:35 脂肪燃焼コース サーフィットシェイプ 似鳥	16:15～17:15 腸活ヨガ 佐柄
17:00				17:00～18:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 菅原	17:30～18:30 青中美人ヨガ 西川	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 橋		17:20～18:20 はじめてのハーネス (会員様限定) 菅原
18:00								
19:00	18:45～20:15 アドバンス90 (会員様限定) 西川			19:15～20:15 ココロカラリセトヨガ 佐柄	19:15～20:05 脂肪燃焼コース マーシャルワークアウト 似鳥	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 安達	19:15～20:15 K-POP DANCE MASTER Dynamite MIX 菅原	
20:00								
21:00				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 川上	21:00～22:00 はじめてのハーネス (会員様限定) 菅原	21:00～22:00 スタンダード60 佐柄	21:00～21:50 全身引締MAX 佐柄	21:00～22:00 腸活ヨガ 西川
22:00								

【お問い合わせセンター】 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づつに制限されます。

*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。

