

自由が丘店【1月1日～1月8日スケジュール】

2021 1月 8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	年末年始休業	年末年始休業	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 石山	定休日						
10:00					10:30～11:30 ホットピラティス 岸里	10:30～11:30 はじめてのハワ-3カ (会員様限定)笑喜		10:30～11:30 背中美人ヨガ 岸里		
11:00										
12:00										
13:00							12:15～13:15 スタンダード60 宮崎	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 岸里	12:15～13:15 アロマリラクソヨガ DEEP FOREST 宮崎	
14:00									14:00～15:00 アロマリラクソヨガ HARVAL RELAX 笑喜	
15:00										
16:00							15:45～16:45 スタンダード60 宮崎			
17:00			17:30～18:30 肩コリラクソヨガ 岸里							
18:00					17:30～18:30 ダイエツトヨガ 石山	17:30～18:30 アロマリラクソヨガ FRUITY DIET 石山	17:30～18:30 凹ますヨガティス 石山			
19:00					19:15～20:15 腸活ヨガ 宮崎	19:15～20:05 全身引締MAX 岸里	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 笑喜	19:15～20:15 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 笑喜		
20:00										
21:00					21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸背中Edition 石山	21:00～22:00 スタンダード60 宮崎	21:00～22:00 肩コリラクソヨガ 石山	21:00～22:00 アロマリラクソヨガ HARVAL RELAX 石山		
22:00										

自由が丘店【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			定休日				
10:00	10:30～11:20 全身引締MAX 岸里	10:30～11:30 スタンダード60 宮崎		10:30～11:30 アロマリラクソヨガ FRUITY DIET 宮崎	10:30～11:30 腸活ヨガ 宮崎		10:30～11:30 Sound Feel Yoga 岸里
11:00							
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 宮崎	12:15～13:15 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 笑喜		12:15～13:15 肩コリラクソヨガ 岸里	12:15～13:15 ホットピラティス 石山		12:15～13:15 スタンダード60 宮崎
13:00							
14:00	14:00～15:00 はじめてのハワ-3カ (会員様限定)笑喜	14:00～15:00 腸活ヨガ 宮崎		14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエツトヨガ 岸里			14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 岸里
15:00							
16:00	15:45～16:45 アロマリラクソヨガ DEEP FOREST 宮崎	15:45～16:45 背中美人ヨガ 岸里					
17:00					17:00～18:30 アドバンス90 (会員様限定) 岸里	17:30～18:30 スタンダード60 石山	
18:00	17:30～18:30 SUMO YOGA 笑喜						
19:00							
20:00				19:15～20:15 リンパドックスヨガ 石山	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 石山	19:15～20:15 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 笑喜	18:45～20:15 EX/パワーヨガ (会員様限定) 石山
21:00				21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸背中Edition 石山	21:00～22:00 アロマリラクソヨガ HARVAL RELAX 岸里	21:00～22:00 ダイエツトヨガ 石山	21:00～22:00 アロマリラクソヨガ FRUITY DIET 笑喜
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。



自由が丘店【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	10:30～11:30 スタンダード60 池田	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 石山		10:30～11:30 腸活ヨガ 宮崎	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 宮崎		10:30～11:30 スタンダード60 宮崎	10:30～11:30 ダイエットヨガ 石山	
12:00	12:15～13:15 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 笑喜	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 池田		12:15～13:15 SUMO YOGA 笑喜	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 池田		12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 池田	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 宮崎	
14:00	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 池田	14:00～15:00 スタンダード60 宮崎	定休日		14:00～15:00 スタンダード60 宮崎			14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 石山	
16:00	15:45～16:45 ホットピラティス 石山	15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 石山							15:45～16:45 腸活ヨガ 宮崎
18:00	17:30～18:30 ダイエットヨガ 石山				17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 池田		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 笑喜	17:30～18:30 ホットピラティス 石山	17:30～18:30 スタンダード60 池田
19:00					19:15～20:15 フェイスアップヨガ 池田	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 笑喜	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 石山	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 石山	
21:00					21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 笑喜	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 池田	21:00～22:00 はじめてのハーブヨガ (会員様限定)笑喜	21:00～22:00 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 笑喜	
22:00									

自由が丘店【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	10:30～11:30 はじめてのハーブヨガ (会員様限定)笑喜		10:30～11:30 Sound Feel Yoga 笑喜	10:30～11:30 スタンダード60 池田		10:30～11:30 腸活ヨガ 宮崎	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 池田	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 笑喜
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 宮崎		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 池田	12:15～13:15 SUMO YOGA 笑喜		12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 石山	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 宮崎	12:15～13:45 EX/ハーブヨガ (会員様限定) 石山
14:00	14:00～15:00 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 笑喜		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 石山			14:00～15:00 スタンダード60 宮崎	14:00～15:00 K-POP DANCE MASTER Dynamite MIX 笑喜	14:30～15:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 石山
16:00	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 池田	定休日		17:30～18:30 ダイエットヨガ 石山	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 池田		16:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 池田	16:15～17:15 フェイスアップヨガ 笑喜
18:00							17:30～18:30 Sound Feel Yoga 笑喜	
19:00				19:15～20:15 スタンダード60 宮崎	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 笑喜	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 石山	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 石山	
21:00				21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 石山	21:00～22:00 ホットピラティス 石山	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 池田	21:00～22:00 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 笑喜	
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。

