

# 小松店【3月1日～3月8日スケジュール】

2021年 2月 24日更新

|       | 3月 1日(月)    | 3月 2日(火)                        | 3月 3日(水)   | 3月 4日(木)   | 3月 5日(金)  | 3月 6日(土)   | 3月 7日(日)                             | 3月 8日(月)    |
|-------|-------------|---------------------------------|--|--|---|--|--------------------------------------|-------------|
| 9:00  | 定<br>休<br>日 |                                 |  |  |   |  |                                      | 定<br>休<br>日 |
| 10:00 |             | 10:30～11:30<br>セルトル美脚ヨガ<br>飯塚   | 10:30～11:30<br>骨盤矯正ヨガ<br>増井                            |  | 10:30～11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>黒場 | 10:30～11:30<br>K-POP WORKOUT<br>Dynamite MIX<br>齋藤 | 10:30～11:30<br>ゆるめてゆがみとりヨガ<br>増井     |             |
| 11:00 |             |                                 |  |  |   |  |                                      |             |
| 12:00 |             | 12:15～13:15<br>スタンダード60<br>黒場   | 12:15～13:15<br>はじめてのハワート<br>(会員様限定) 齋藤                 |  | 12:15～13:15<br>リンパデトックスヨガ<br>飯塚                 | 12:15～13:15<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>飯塚             | 12:15～13:15<br>セルトル美脚ヨガ<br>飯塚        |             |
| 13:00 |             |                                 |  |  |   |  |                                      |             |
| 14:00 |             | 14:00～15:00<br>リンパデトックスヨガ<br>飯塚 |  |  | 14:00～15:00<br>背中美人ヨガ<br>黒場                     | 14:00～15:00<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>増井     | 14:00～15:00<br>コロラダリセットヨガ<br>黒場      |             |
| 15:00 |             |                                 |  |  |   |  |                                      |             |
| 16:00 |             |                                 |  |  |   | 15:45～16:45<br>腸活ヨガ<br>飯塚                          | 15:45～16:45<br>Sound Feel Yoga<br>齋藤 |             |
| 17:00 |             |                                 | 17:00～18:00<br>スタンダード60<br>黒場                          | 17:00～18:00<br>K-POP WORKOUT<br>Dynamite MIX<br>齋藤 |   | 17:30～18:30<br>スリムアッププレス<br>増井                     |                                      |             |
| 18:00 |             |                                 |  |  |   |  |                                      |             |
| 19:00 |             | 18:45～19:45<br>ホットピラティス<br>増井   | 18:45～19:30<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕育中Edition<br>飯塚 | 18:45～19:45<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>黒場     | 18:45～19:45<br>肩こりリラックスヨガ<br>増井                 |  |                                      |             |
| 20:00 |             |                                 |  |  |   |  |                                      |             |
| 21:00 |             | 20:30～21:30<br>コロラダリセットヨガ<br>黒場 | 20:30～21:30<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>黒場                 | 20:30～21:30<br>腸活ヨガ<br>齋藤                          | 20:30～21:30<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>飯塚       |  |                                      |             |
| 22:00 |             |                                 |  |  |   |  |                                      |             |

# 小松店【3月9日～3月15日スケジュール】

|       | 3月 9日(火)   | 3月 10日(水)  | 3月 11日(木)                       | 3月 12日(金)                              | 3月 13日(土)  | 3月 14日(日)                            | 3月 15日(月)   |
|-------|--|--|---------------------------------|--|--|--------------------------------------|-------------|
| 9:00  |  |  |                                 |  |  |                                      | 定<br>休<br>日 |
| 10:00 | 10:30～11:30<br>コロラダリセットヨガ<br>黒場                    | 10:30～11:15<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕育中Edition<br>飯塚 |                                 | 10:30～11:30<br>骨盤矯正ヨガ<br>増井            | 10:30～11:30<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>飯塚          | 10:30～11:30<br>スタンダード60<br>齋藤        |             |
| 11:00 |  |  |                                 |  |  |                                      |             |
| 12:00 | 12:15～13:15<br>スリムアッププレス<br>増井                     | 12:15～13:15<br>腸活ヨガ<br>齋藤                              |                                 | 12:15～13:15<br>ダイエットヨガ<br>増井           | 12:15～13:15<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>黒場     | 12:15～13:15<br>ホットピラティス<br>増井        |             |
| 13:00 |  |  |                                 |  |  |                                      |             |
| 14:00 |  | 14:00～15:00<br>スタンダード60<br>飯塚                          |                                 |  | 14:00～15:00<br>リンパデトックスヨガ<br>飯塚                    | 14:00～15:00<br>Sound Feel Yoga<br>齋藤 |             |
| 15:00 |  |  |                                 |  |  |                                      |             |
| 16:00 |  |  |                                 |  | 15:45～16:45<br>K-POP WORKOUT<br>Dynamite MIX<br>齋藤 | 15:45～16:45<br>リンパデトックスヨガ<br>増井      |             |
| 17:00 | 17:00～18:00<br>スタンダード60<br>齋藤                      |  | 17:00～18:00<br>セルトル美脚ヨガ<br>飯塚   | 17:00～18:00<br>腸活ヨガ<br>飯塚              | 17:30～18:30<br>コロラダリセットヨガ<br>黒場                    |                                      |             |
| 18:00 |  |  |                                 |  |  |                                      |             |
| 19:00 | 18:45～19:45<br>背中美人ヨガ<br>増井                        | 18:45～19:45<br>背中美人ヨガ<br>黒場                            | 18:45～19:45<br>スタンダード60<br>黒場   | 18:45～19:45<br>はじめてのハワート<br>(会員様限定) 齋藤 |  |                                      |             |
| 20:00 |  |  |                                 |  |  |                                      |             |
| 21:00 | 20:30～21:30<br>K-POP WORKOUT<br>Dynamite MIX<br>齋藤 | 20:30～21:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>増井         | 20:30～21:30<br>リンパデトックスヨガ<br>飯塚 | 20:30～21:30<br>スタンダード60<br>飯塚          |  |                                      |             |
| 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。



## 小松店【3月16日～3月23日スケジュール】

|       | 3月 16日(火)  | 3月 17日(水)  | 3月 18日(木)                              | 3月 19日(金)  | 3月 20日(土)                                 | 3月 21日(日)  | 3月 22日(月) | 3月 23日(火)                                      |
|-------|--|--|--|--|---|--|-----------|--|
| 9:00  |  |  |  |  |   |  |           |  |
| 10:00 |  |  |  |  |   | 10:00～11:00<br>Rain Yoga<br>in バリ<br>(会員様限定)増井     |           |  |
| 11:00 | 10:30～11:30<br>スリムアッププレス<br>増井                     | 10:30～11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>増井         |  | 10:30～11:30<br>リンパデトックスヨガ<br>飯塚                    | 10:30～11:30<br>はじめてのハリーヨガ<br>(会員様限定)斎藤    |  |           | 10:30～11:30<br>Sound Feel Yoga<br>斎藤           |
| 12:00 |  |  |  |  |   | 11:45～12:45<br>K-POP WORKOUT<br>in 韓国<br>(会員様限定)斎藤 |           |  |
| 13:00 | 12:15～13:15<br>ココロリセットヨガ<br>馬場                     | 12:15～13:15<br>背中美人ヨガ<br>馬場                            |  | 12:15～13:15<br>スタンダード60<br>斎藤                      | 12:15～13:15<br>骨盤矯正ヨガ<br>増井               |  |           | 12:15～13:15<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>馬場         |
| 14:00 | 14:00～15:00<br>ゆるめてゆがみとりヨガ<br>増井                   |  |  | 14:00～15:00<br>K-POP WORKOUT<br>Dynamite MIX<br>飯塚 | 14:00～15:00<br>スタンダード60<br>斎藤             | 13:30～14:30<br>暗闇ヨガ<br>in スウェーデン<br>(会員様限定)増井      |           |  |
| 15:00 |  |  |  |  |   | 15:15～16:15<br>ピーチヒーリングヨガ<br>in ハワイ<br>(会員様限定)鍋谷   |           |  |
| 16:00 |  |  |  |  | 15:45～16:45<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>増井 |  |           |  |
| 17:00 |  | 17:00～17:45<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕育中Edition<br>飯塚 | 17:00～18:00<br>腸活ヨガ<br>飯塚              |  | 17:30～18:30<br>ココロリセットヨガ<br>馬場            | 17:00～18:00<br>燃音ヨガ<br>in アメリカ<br>(会員様限定)飯塚        |           | 17:00～18:00<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>増井 |
| 18:00 |  |  |  |  |   |  |           |  |
| 19:00 | 18:45～19:45<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>馬場     | 18:45～19:45<br>スタンダード60<br>斎藤                          | 18:45～19:45<br>Sound Feel Yoga<br>斎藤   | 18:45～19:45<br>ダイエットヨガ<br>増井                       |   | 18:45～19:45<br>パワーヨガAdvance<br>in インド<br>(会員様限定)馬場 |           | 18:45～19:45<br>セルトル美脚ヨガ<br>飯塚                  |
| 20:00 |  |  |  |  |   |  |           |  |
| 21:00 | 20:30～21:30<br>K-POP WORKOUT<br>Dynamite MIX<br>斎藤 | 20:30～21:30<br>リンパデトックスヨガ<br>飯塚                        | 20:30～21:30<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>飯塚 | 20:30～21:30<br>ココロリセットヨガ<br>馬場                     |   |  |           | 20:30～21:30<br>肩こりリラックスヨガ<br>増井                |
| 22:00 |  |  |  |  |   |  |           |  |

定  
休  
日

## 小松店【3月24日～3月31日スケジュール】

|       | 3月 24日(水)  | 3月 25日(木)                        | 3月 26日(金)  | 3月 27日(土)  | 3月 28日(日)  | 3月 29日(月) | 3月 30日(火)                                      | 3月 31日(水)  |
|-------|--|----------------------------------|--|--|--|-----------|--|--|
| 9:00  |  |                                  |  |  |  |           |  |  |
| 10:00 |  |                                  |  |  |  |           |  |  |
| 11:00 | 10:30～11:30<br>スタンダード60<br>斎藤                      |                                  | 10:30～11:30<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>増井          | 10:30～11:30<br>骨盤矯正ヨガ<br>増井                            | 10:30～11:30<br>K-POP WORKOUT<br>Dynamite MIX<br>飯塚 |           | 10:30～11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>馬場 | 10:30～11:30<br>リンパデトックスヨガ<br>増井                    |
| 12:00 | 12:15～13:15<br>K-POP WORKOUT<br>Dynamite MIX<br>斎藤 |                                  | 12:15～13:15<br>肩こりリラックスヨガ<br>増井                    | 12:15～13:15<br>セルトル美脚ヨガ<br>飯塚                          | 12:15～13:15<br>リンパデトックスヨガ<br>飯塚                    |           | 12:15～13:15<br>Sound Feel Yoga<br>斎藤           | 12:15～13:15<br>ココロリセットヨガ<br>馬場                     |
| 13:00 |  |                                  |  |  |  |           |  |  |
| 14:00 | 14:00～15:00<br>肩こりリラックスヨガ<br>増井                    |                                  |  | 14:00～15:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>増井        | 14:00～15:00<br>はじめてのハリーヨガ<br>(会員様限定)斎藤             |           | 14:00～15:00<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>馬場         |  |
| 15:00 |  |                                  |  |  |  |           |  |  |
| 16:00 |  |                                  |  | 15:45～16:30<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕育中Edition<br>飯塚 | 15:45～16:45<br>スタンダード60<br>馬場                      |           |  |  |
| 17:00 |  | 17:00～18:00<br>ゆるめてゆがみとりヨガ<br>増井 | 17:00～18:00<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>馬場     |  |  |           |  | 17:00～18:00<br>K-POP WORKOUT<br>Dynamite MIX<br>斎藤 |
| 18:00 |  |                                  |  | 17:30～18:30<br>スタンダード60<br>斎藤                          |  |           |  |  |
| 19:00 | 18:45～19:45<br>背中美人ヨガ<br>馬場                        | 18:45～19:45<br>ココロリセットヨガ<br>馬場   | 18:45～19:45<br>K-POP WORKOUT<br>Dynamite MIX<br>斎藤 |  |  |           | 18:45～19:45<br>スタンダード60<br>斎藤                  | 18:45～19:45<br>ホットピラティス<br>飯塚                      |
| 20:00 |  |                                  |  |  |  |           |  |  |
| 21:00 | 20:30～21:30<br>骨盤矯正ヨガ<br>増井                        | 20:30～21:30<br>ホットピラティス<br>増井    | 20:30～21:30<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>馬場             |  |  |           | 20:30～21:30<br>スリムアッププレス<br>増井                 | 20:30～21:30<br>スタンダード60<br>斎藤                      |
| 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)

◆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。

