

苦小牧店【5月1日～5月7日スケジュール】

2021年 5月 11日更新

定休日

| | 5月 1日(土) | 5月 2日(日) | 5月 3日(月) | 5月 4日(火) | 5月 5日(水) | 5月 6日(木) | 5月 7日(金) |
|-------|---|---|----------|--|--|--------------------------------------|--|
| 9:00 | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | |
| 11:00 | 10:30～11:30 K-POP WORKOUT Girls MX 内山 | 10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 児玉 | | 10:30～11:30 とのえてゆがみとりヨガ 小澤 | 10:30～11:30 はじめてのハーネス (会員様限定)児玉 | | 10:30～11:30 ホットピラティス 小澤 |
| 12:00 | 12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 児玉 | 12:15～13:15 スタンダード60 小澤 | | 12:15～13:15 凹ますヨガティス 内山 | 12:15～13:15 腸活ヨガ 浜野 | | 12:15～13:15 スリムアッププレス 浜野 |
| 13:00 | | | | | | | |
| 14:00 | 14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 小澤 | 14:00～15:00 寝せる身体をつくる ダイエットヨガ 児玉 | | 14:00～15:00 スタンダード60 浜野 | 14:00～15:00 背中美人ヨガ 内山 | | 14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小澤 |
| 15:00 | | | | | | | |
| 16:00 | 15:45～16:45 ダイエットヨガ 浜野 | 15:45～16:45 肩コリラックスヨガ 小澤 | | 15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 内山 | 15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 児玉 | | |
| 17:00 | | | | | | | |
| 18:00 | 17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 小澤 | | | 17:30～18:30 フェイスアップヨガ 浜野 | 17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 内山 | 17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 児玉 | 17:30～18:30 腸活ヨガ 浜野 |
| 19:00 | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | 19:15～20:15 Sound Feel Yoga 浜野 | 19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)児玉 |
| 22:00 | | | | | | 21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 児玉 | 21:00～22:00 SUMO YOGA 浜野 |

苦小牧店【5月8日～5月15日スケジュール】

定休日

| | 5月 8日(土) | 5月 9日(日) | 5月 10日(月) | 5月 11日(火) | 5月 12日(水) | 5月 13日(木) | 5月 14日(金) | 5月 15日(土) |
|-------|--|--------------------------------------|-----------|----------------------------------|--|--|--|--|
| 9:00 | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | | |
| 11:00 | 10:30～11:30 ゆるめてゆがみとりヨガ 小澤 | 10:30～11:30 Sound Feel Yoga 浜野 | | 10:30～11:30 スタンダード60 児玉 | 10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 内山 | | 10:30～11:30 スタンダード60 小澤 | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 内山 |
| 12:00 | 12:15～13:15 背中美人ヨガ 内山 | 12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 児玉 | | 12:15～13:15 SUMO YOGA 浜野 | 12:15～13:15 フェイスアップヨガ 小澤 | | 12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)児玉 | 12:15～13:15 腸活ヨガ 小澤 |
| 13:00 | | | | | | | | |
| 14:00 | 14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 小澤 | 14:00～15:00 スリムアッププレス 浜野 | | 14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 児玉 | 14:00～15:10 ディープヨガ 内山 | | 14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 小澤 | 14:00～15:00 K-POP WORKOUT Girls MX 内山 |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | 15:45～16:45 凹ますヨガティス 内山 | 15:45～16:45 ココロカラダリセットヨガ 児玉 | | | | | | 15:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小澤 |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | 17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 小澤 | | | 17:30～18:30 とのえてゆがみとりヨガ 小澤 | 17:30～18:30 寝せる身体をつくる ダイエットヨガ 児玉 | 17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小澤 | 17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 児玉 | 17:30～18:30 背中美人ヨガ 内山 |
| 19:00 | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | |
| 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。



苦小牧店【5月16日～5月23日スケジュール】

| | 5月 16日(日) | 5月 17日(月) | 5月 18日(火) | 5月 19日(水) | 5月 20日(木) | 5月 21日(金) | 5月 22日(土) | 5月 23日(日) |
|-------|---|-----------|--------------------------------------|---|-----------|--------------------------------|---------------------------------|--|
| 9:00 | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | | |
| 11:00 | 10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)児玉 | | 10:30～11:30 Sound Feel Yoga 浜野 | 10:30～11:30 肩活ヨガ 内山 | | 10:30～11:30 ダイエットヨガ 浜野 | 10:20～11:30 ディープレスヨガ 内山 | 10:30～11:30 ココロカラダリセッショガ 児玉 |
| 12:00 | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | |
| 14:00 | 14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 児玉 | | 14:00～15:00 スタンダード60 浜野 | 14:00～15:00 K-POP WORKOUT Girls MIX 内山 | | 14:00～15:00 フェイスアップヨガ 浜野 | 14:00～15:00 背中美人ヨガ 内山 | 14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小澤 |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | 15:45～16:45 ホットピラティス 内山 | | | | | | 15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 小澤 | 15:45～16:45 スタンダード60 浜野 |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | |

定
休
日

苦小牧店【5月24日～5月31日スケジュール】

| | 5月 24日(月) | 5月 25日(火) | 5月 26日(水) | 5月 27日(木) | 5月 28日(金) | 5月 29日(土) | 5月 30日(日) | 5月 31日(月) |
|-------|---|---------------------------------|-----------|-----------|--|--|--|--------------------------------|
| 9:00 | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | | |
| 11:00 | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 内山 | 10:30～11:30 SUMO YOGA 浜野 | | | 10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 小澤 | 10:30～11:30 フェイスアップヨガ 浜野 | 10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 児玉 | |
| 12:00 | | | | | | | | |
| 13:00 | 12:15～13:15 スリムアッププレス 浜野 | 12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 児玉 | | | 12:15～13:15 Sound Feel Yoga 浜野 | 12:15～13:15 はじめのパワーヨガ (会員様限定)児玉 | 12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小澤 | |
| 14:00 | 14:00～15:00 ホットピラティス 内山 | 14:00～15:00 スタンダード60 浜野 | | | 14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小澤 | 14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕瘦中Edition 内山 | 14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 児玉 | |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | 15:45～16:45 ダイエットヨガ 浜野 | 15:45～16:45 SUMO YOGA 浜野 |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | |

定
休
日

定
休
日

【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。

