

# 苦小牧店【8月1日～8月7日スケジュール】

2021年 7月 27日更新

	8月 1日(日)	8月 2日(月)	8月 3日(火)	8月 4日(水)	8月 5日(木)	8月 6日(金)	8月 7日(土)
9:00		定休日					
10:00							
11:00	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 児玉		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 小澤	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 児玉		10:30～11:30 スタンダード60 児玉	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 内山
12:00							
13:00	12:15～13:15 スリムアッププレス 浜野		12:15～13:15 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)児玉	12:15～13:00 Nonstop Power Running 浜野		12:15～13:15 ホットピラティス 小澤	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 小澤
14:00	14:00～15:00 腹筋MAX 児玉		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 小澤	14:00～15:30 アドバンス90 (会員様限定) 児玉		14:00～15:00 ココロカラダリセット30 児玉	14:00～15:00 背中美人ヨガ 内山
15:00							
16:00	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 浜野						15:45～16:45 スタンダード60 小澤
17:00							
18:00			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 内山		17:30～18:30 スタンダード60 小澤	17:20～18:20 腸活ヨガ 浜野	17:30～18:30 SUMO YOGA 浜野
19:00							
20:00			19:15～20:00 Nonstop Power Running 浜野	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小澤	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 児玉	19:05～20:15 ディープブレスヨガ 内山	
21:00			21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 内山	21:00～22:00 スタンダード60 浜野	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腸育中Edition 小澤	21:00～22:00 ダイエットヨガ 浜野	
22:00							

# 苦小牧店【8月8日～8月15日スケジュール】

	8月 8日(日)	8月 9日(月)	8月 10日(火)	8月 11日(水)	8月 12日(木)	8月 13日(金)	8月 14日(土)	8月 15日(日)
9:00		定休日						
10:00								
11:00	10:30～11:15 Nonstop Power Running 浜野		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 児玉	10:30～11:30 背中美人ヨガ 内山		10:30～11:30 腹筋MAX 児玉	10:30～11:30 スタンダード60 小澤	10:30～11:30 ホットピラティス 小澤
12:00								
13:00	12:15～13:15 腸活ヨガ 内山		12:15～13:15 Sound Feel Yoga 浜野	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小澤		12:15～13:15 スタンダード60 小澤	12:15～13:15 ココロカラダリセット30 内山	12:15～13:45 EXHAUSTION (会員様限定) 内山
14:00	14:00～15:00 ダイエットヨガ 浜野		14:00～15:00 スタンダード60 児玉	14:00～15:00 凹まずヨガティス 内山		14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 児玉	14:00～14:45 Nonstop Power Running 浜野	14:30～15:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小澤
15:00								
16:00	15:45～16:45 スタンダード60 内山						15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 小澤	16:15～17:15 スタンダード60 内山
17:00								
18:00			17:30～18:30 ととのえてゆがみとりヨガ 小澤		17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腸育中Edition 内山	17:30～18:30 スリムアッププレス 浜野	17:30～18:40 ディープブレスヨガ 内山	
19:00								
20:00			19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 内山	19:15～20:00 Nonstop Power Running 浜野	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)児玉	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 内山		
21:00			21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 小澤	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 児玉	21:00～22:00 スタンダード60 内山	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 内山		
22:00								

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-989 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。

レッスンのWEB予約はこちらから▶



## 苦小牧店【8月16日～8月23日スケジュール】

	8月 16日(月)	8月 17日(火)	8月 18日(水)	8月 19日(木)	8月 20日(金)	8月 21日(土)	8月 22日(日)	8月 23日(月)
9:00	定 休 日							定 休 日
10:00								
11:00		10:30～11:15 Nonstop Power Running 浜野	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 小澤		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 内山	10:30～11:30 スリムアッププレス 浜野	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 小澤	
12:00								
13:00		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 小澤	12:15～13:15 腹筋MAX 児玉		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 児玉	12:15～13:15 凹まずヨガティス 内山	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)児玉	
14:00		14:00～15:00 肩活ヨガ 浜野	14:00～15:00 スタンダード60 小澤		14:00～15:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 内山	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小澤	14:00～15:00 スタンダード60 小澤	
15:00								
16:00						15:45～16:30 Nonstop Power Running 浜野	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 児玉	
17:00								
18:00		17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 児玉		17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 内山	17:30～18:30 スタンダード60 小澤	17:30～18:30 肩活ヨガ 内山		
19:00								
20:00		19:15～20:15 凹まずヨガティス 内山	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 浜野	19:15～20:15 スタンダード60 内山	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 浜野			
21:00		21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 児玉	21:00～22:00 ホットピラティス 内山	21:00～21:45 Nonstop Power Running 浜野	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小澤			
22:00								

## 苦小牧店【8月24日～8月31日スケジュール】

	8月 24日(火)	8月 25日(水)	8月 26日(木)	8月 27日(金)	8月 28日(土)	8月 29日(日)	8月 30日(月)	8月 31日(火)
9:00							定 休 日	
10:00								
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 小澤	10:30～11:30 凹まずヨガティス 内山		10:30～11:30 ととのえてゆがみとりヨガ 小澤	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小澤	10:30～11:30 スタンダード60 児玉		10:30～11:30 肩活ヨガ 浜野
12:00								
13:00	12:15～13:15 SUMO YOGA 内山	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 小澤		12:15～13:15 スタンダード60 児玉	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 児玉	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の輪舞中Edition 小澤		12:15～13:15 背中美人ヨガ 内山
14:00	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 小澤	14:00～15:10 ディーププレスヨガ 内山		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 児玉	14:00～14:45 Nonstop Power Running 浜野	14:00～15:00 ゆるめてゆがみとりヨガ 小澤		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 浜野
15:00								
16:00					15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 浜野	15:45～17:15 アドバンス90 (会員様限定) 児玉		
17:00								
18:00	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 児玉		17:30～18:30 ダイエットヨガ 浜野	17:30～18:15 Nonstop Power Running 浜野	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 児玉			17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 小澤
19:00	19:15～20:15 背中美人ヨガ 内山	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 児玉	19:15～20:15 腹筋MAX 児玉	19:15～20:15 ホットピラティス 小澤				19:15～20:15 スタンダード60 児玉
20:00								
21:00	21:00～22:00 はじめての「ワウーカ」 (会員様限定)児玉	21:00～21:45 Nonstop Power Running 浜野	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 浜野	21:00～22:00 肩活ヨガ 浜野				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 小澤
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。

◆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。

レッスンのWEB予約はこちらから▶

