

松本店【1月1日～1月8日スケジュール】

2020年 1月 5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 ダイエットヨガ 小坂	定休日							
10:00											
11:00							10:30～11:30 スタンダード60 戸木田	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 戸木田	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小坂		
12:00										12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 戸木田	
13:00							12:15～13:15 フェイスアップヨガ 三宅	12:15～13:15 ホットピラティス 高橋			
14:00									14:00～15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)高橋		
15:00											
16:00							16:45～16:45 スタンダード60 小坂				
17:00											
18:00			17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋			17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 戸木田					
19:00					19:00～20:00 コアコアリセットヨガ 高橋	19:00～20:00 スリムアッププレス 小坂	19:15～20:15 スタンダード60 戸木田	19:00～19:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸背中Edition 三宅			
20:00											
21:00					20:50～21:40 全身引締MAX 小坂	20:50～21:50 肩コリラックスヨガ 三宅	21:00～22:00 SUMO YOGA 三宅	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 高橋			
22:00											

松本店【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	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 三宅	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小坂		10:30～11:30 SUMO YOGA 三宅	10:30～11:30 腸活ヨガ 小坂		10:30～11:30 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 三宅
11:00							
12:00	12:15～13:15 ダイエットヨガ 小坂	12:15～13:15 スタンダード60 戸木田		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 戸木田	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の胸背中Edition 三宅		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 高橋
13:00							
14:00	14:00～15:00 コアコアリセットヨガ 高橋	14:00～14:50 全身引締MAX 小坂				14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小坂	
15:00							
16:00	16:45～16:45 スリムアッププレス 小坂	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 戸木田					
17:00							
18:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 戸木田					17:30～18:30 凹ますヨガティス 小坂	
19:00				19:00～20:00 ダイエットヨガ 高橋	19:00～20:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 戸木田	19:15～20:05 全身引締MAX 小坂	19:00～20:00 スタンダード60 戸木田
20:00							
21:00				20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 高橋	20:50～21:50 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)高橋	21:00～22:00 フェイスアップヨガ 三宅	20:50～21:50 セルトル美脚ヨガ 戸木田
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。



松本店【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 はじめての「ハワ-ヨガ」 (会員様限定)高橋	10:30～11:30 スタンダード60 戸木田		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小坂	10:30～11:30 ダイエットヨガ 高橋		10:30～11:30 「ココロがリセット」 高橋	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋
12:00								
13:00								
14:00	14:00～14:50 全身引締MAX 小坂	14:00～15:00 腸活ヨガ 小坂			14:00～15:00 スタンダード60 戸木田			14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 高橋
15:00								
16:00	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 高橋	15:45～16:45 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 三宅						15:45～16:45 産せる身体をつくる ダイエットヨガ 小坂
17:00								
18:00	17:30～18:30 スリムアッププレス 小坂					17:30～18:30 はじめての「ハワ-ヨガ」 (会員様限定)高橋		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 戸木田
19:00				19:00～20:00 スタンダード60 戸木田	19:00～20:00 産せる身体をつくる ダイエットヨガ 小坂	19:15～20:15 リンパドレッシング 戸木田	19:00～20:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋	
20:00								
21:00				20:50～21:50 スリムアッププレス 小坂	20:50～21:50 腸活ヨガ 小坂	21:00～22:00 ダイエットヨガ 高橋	20:50～21:40 全身引締MAX 小坂	
22:00								

定休日

松本店【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	10:30～11:20 全身引締MAX 小坂		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 戸木田	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 戸木田		10:30～11:30 スタンダード60 戸木田	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 三宅	10:30～11:30 リンパドレッシング 戸木田
12:00			12:15～13:15 スタンダード60 三宅	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋		12:15～13:15 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 三宅	12:15～13:15 「ココロがリセット」 高橋	12:15～13:15 フェイスアップヨガ 三宅
13:00								
14:00	14:00～15:00 スリムアッププレス 小坂			14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 高橋			14:00～15:00 SUMO YOGA 三宅	14:00～15:00 スタンダード60 三宅
15:00								
16:00	15:45～16:45 スタンダード60 三宅						15:45～16:35 全身引締MAX 小坂	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 戸木田
17:00								
18:00					17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 三宅		17:30～18:30 ホットピラティス 小坂	
19:00			19:00～20:00 SUMO YOGA 三宅	19:00～20:00 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 三宅	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 戸木田	19:00～20:00 肩こりリラックスヨガ 三宅		
20:00								
21:00			20:50～21:50 はじめての「ハワ-ヨガ」 (会員様限定)高橋	20:50～21:50 スタンダード60 三宅	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 三宅	20:50～21:50 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋		
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 ※受付時間以外に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♪

