

川中島店【2月1日～2月8日スケジュール】

2021年 1月 15日更新

	2月1日(月)	2月2日(火)	2月3日(水)	2月4日(木)	2月5日(金)	2月6日(土)	2月7日(日)	2月8日(月)
9:00	定 休 日							定 休 日
10:00								
11:00		10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高山	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 木村		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 渡邊	10:30～11:30 スタンダード60 深澤	10:30～11:30 凹ますヨガティス 渡邊	
12:00								
13:00		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 渡邊	12:15～12:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定) 渡邊		12:15～13:15 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 深澤	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 渡邊	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 高山	
14:00			14:00～15:00 ココロリリセットヨガ 木村			14:00～15:00 背中美人ヨガ 木村	14:00～15:00 スタンダード60 渡邊	
15:00								
16:00						15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 木村	15:45～16:45 腸活ヨガ 高山	
17:00								
18:00				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 深澤		17:30～18:30 SUMO YOGA 渡邊		
19:00								
20:00		19:15～20:15 ホットピラティス 渡邊	19:15～20:15 スタンダード60 深澤	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 木村	19:15～20:15 腸活ヨガ 高山			
21:00		21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 深澤	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 高山	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 高山	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 木村			
22:00								

川中島店【2月9日～2月15日スケジュール】

	2月9日(火)	2月10日(水)	2月11日(木)	2月12日(金)	2月13日(土)	2月14日(日)	2月15日(月)
9:00							定 休 日
10:00							
11:00	10:30～11:30 腸活ヨガ 高山	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 渡邊	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 高山	10:30～11:30 ココロリリセットヨガ 木村	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 木村	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 高山	
12:00	12:15～13:15 ダイエットヨガ 渡邊	12:15～13:15 スタンダード60 高山	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 深澤	12:15～13:15 凹ますヨガティス 渡邊	12:15～13:15 腸活ヨガ 高山	12:15～13:15 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 深澤	
13:00							
14:00		14:00～15:00 ホットピラティス 渡邊	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 木村		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 渡邊	14:00～15:00 スタンダード60 高山	
15:00							
16:00			15:45～16:45 スタンダード60 深澤		15:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高山	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 渡邊	
17:00							
18:00			17:30～18:30 Sound Feel Yoga 木村		17:30～18:30 ココロリリセットヨガ 渡邊		
19:00							
20:00	19:15～20:15 フェイスアップヨガ 木村	19:15～20:15 肩こりリラックスヨガ 木村	19:15～20:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定) 渡邊				
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 深澤	21:00～22:00 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 深澤		21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 深澤			
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♪



川中島店【2月16日～23日スケジュール】

	2月16日(火)	2月17日(水)	2月18日(木)	2月19日(金)	2月20日(土)	2月21日(日)	2月22日(月)	2月23日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)長谷川	10:30～11:30 スタンダード60 高山		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 高山	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 木村	10:30～11:30 スタンダード60 高山		10:30～11:30 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 深澤
12:00								
13:00	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 渡邊	12:15～13:15 SUMO YOGA 渡邊		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 深澤	12:15～13:15 スタンダード60 高山	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 深澤		12:15～13:15 ヨガが「セロ」 木村
14:00		14:00～15:00 腸活ヨガ 高山			14:00～15:00 背中美人ヨガ 木村	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高山		14:00～15:00 スタンダード60 高山
15:00								
16:00					15:45～16:45 ホットピラティス 渡邊	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 深澤		15:45～16:45 肩コリラックスヨガ 木村
17:00								
18:00			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 深澤		17:30～18:30 腸活ヨガ 高山			17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 高山
19:00								
20:00	19:15～20:15 凹まずヨガティス 渡邊	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 渡邊	19:15～20:15 ダイエットヨガ 渡邊	19:15～20:15 スタンダード60 高山				
21:00	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 深澤	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 深澤	21:00～22:00 スタンダード60 深澤	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 木村				
22:00								

定
休
日

川中島店【2月24日～28日スケジュール】

	2月24日(水)	2月25日(木)	2月26日(金)	2月27日(土)	2月28日(日)
9:00					
10:00					
11:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 深澤		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 高山	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 高山	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 木村
12:00					
13:00	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 木村		12:15～13:15 ホットピラティス 渡邊	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 木村	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 渡邊
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 深澤			14:00～15:00 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 深澤	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 木村
15:00					
16:00				15:45～16:45 スタンダード60 高山	15:45～16:45 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)渡邊
17:00					
18:00		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 深澤		17:30～18:30 フェイスアップヨガ 木村	
19:00					
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 高山	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高山	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 深澤		
21:00	21:00～22:00 背中美人ヨガ 渡邊	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 深澤	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 渡邊		
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。

