

長野店【8月1日～8月8日スケジュール】

2020年 7月 15日更新

| 8月 1日(土) | 8月 2日(日) | 8月 3日(月) | 8月 4日(火) | 8月 5日(水) | 8月 6日(木) | 8月 7日(金) | 8月 8日(土) |
|----------|-------------------------------|---|---|--|---|--|---|
| 9:00 | | | | | | | |
| 10:00 | 10:30～11:30 腹筋MAX 千川 | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村 | 10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)三田 | 10:30～11:30 腸活ヨガ 大坂 | 10:30～11:30 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 木村 | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 木村 | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 木村 |
| 11:00 | | | | | | | |
| 12:00 | 12:15～13:15 スタンダード60 大坂 | 12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 三田 | 12:15～13:15 スタンダード60 大坂 | 12:15～13:15 はじめてのパーソナル (会員様限定)千川 | 12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 三田 | 12:15～13:15 背中美人ヨガ 木村 | 12:15～13:15 背中美人ヨガ 木村 |
| 13:00 | | | | | | | |
| 14:00 | 14:00～15:00 ホットピラティス 三田 | 14:00～15:00 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 木村 | | 14:00～15:00 スタンダード60 大坂 | | 14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 三田 | |
| 15:00 | | | | | | | |
| 16:00 | 15:45～16:45 腸活ヨガ 大坂 | 15:45～16:45 ココカラガリセトヨガ 三田 | | | | 15:45～16:30 Best Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 木村 | |
| 17:00 | | | | | | | |
| 18:00 | 17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 三田 | | 17:30～18:30 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 木村 | | 17:00～18:00 骨盤矯正ヨガ 千川 | 17:30～18:30 腹筋MAX 千川 | 17:30～18:30 ココカラガリセトヨガ 三田 |
| 19:00 | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | |

長野店【8月9日～8月15日スケジュール】

| 8月9日(日) | 8月10日(月) | 8月11日(火) | 8月12日(水) | 8月13日(木) | 8月14日(金) | 8月15日(土) |
|---------|--|--|---|---------------------------------|-------------------------------|--|
| 9:00 | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | |
| 11:00 | 10:30～11:30 スタンダード60 大坂 | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 三田 | 10:30～11:30 スリムアップブレス (会員様限定)轟崎 | 10:30～11:30 腹筋MAX 千川 | 10:30～11:30 凹ますヨガティス 千川 | 10:30～11:30 凹ますヨガティス 千川 |
| 12:00 | 12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 三田 | | 12:15～13:15 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 木村 | 12:15～13:15 ココカラガリセトヨガ 三田 | 12:15～13:15 腸活ヨガ 大坂 | 12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 木村 |
| 13:00 | | | | | | |
| 14:00 | 14:00～15:00 腹筋MAX 千川 | | 14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 三田 | | 14:00～15:00 スタンダード60 大坂 | 14:00～15:00 はじめてのパーソナル (会員様限定)千川 |
| 15:00 | | | | | | |
| 16:00 | 15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 三田 | | | | | 15:45～16:45 背中美人ヨガ 木村 |
| 17:00 | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | |
| 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)

◆病気や事故等によりインストラクターの変更がある場合がございます。

◆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予約はこちから♪



長野店【8月16日～8月23日スケジュール】

| | 8月 16日(日) | 8月 17日(月) | 8月 18日(火) | 8月 19日(水) | 8月 20日(木) | 8月 21日(金) | 8月 22日(土) | 8月 23日(日) |
|-------|---|-----------|---|---|--|--|--|--|
| 9:00 | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | | |
| 11:00 | 10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 木村 | | 10:30～11:30 スタンダード60 木村 | 10:30～11:30 背中美人ヨガ 福田 | | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村 | 10:30～11:30 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 木村 | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 福田 |
| 12:00 | | | | | | | | |
| 13:00 | 12:15～13:15 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 木村 | | 12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 福田 | 12:15～13:15 腰活ヨガ 三田 | | 12:15～13:15 腰筋MAX 干川 | 12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 福田 | 12:15～13:15 ダイエットヨガ (会員様限定)干川 |
| 14:00 | 14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 福田 | | | 14:00～15:00 Sound Feel Yoga 福田 | | | 14:00～15:00 SUMO YOGA 木村 | 14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 干川 |
| 15:00 | | | | | | | 15:45～16:45 スタンダード60 福田 | |
| 16:00 | 15:45～16:45 ホットピラティス 三田 | | | | | | 15:45～16:45 Best Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 木村 | |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | | | 17:30～18:30 スリムアップフレッシュ (会員様限定) 藤崎 | | 17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 木村 | 17:30～18:30 スタンダード60 木村 | 17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 福田 | |
| 19:00 | | | 19:15～20:15 ココカラガ'リセッショガ' 三田 | 19:15～20:15 はじめのパワーヨガ' (会員様限定) 干川 | 19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 三田 | 19:15～20:15 Sound Feel Yoga 福田 | | |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | 21:00～22:00 フェイスアップヨガ 干川 | | 21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 木村 | 21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定) 三田 | | 21:00～22:00 ココカラガ'リセッショガ' 三田 | | |
| 22:00 | | | | | | | | |

長野店【8月24日～8月31日スケジュール】

| | 8月 24日(月) | 8月 25日(火) | 8月 26日(水) | 8月 27日(木) | 8月 28日(金) | 8月 29日(土) | 8月 30日(日) | 8月 31日(月) |
|-------|-----------|--|---|---|--|---|---|-----------|
| 9:00 | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | | |
| 11:00 | | 10:30～11:30 腰活ヨガ 干川 | 10:30～11:30 ココカラガ'リセッショガ' 三田 | | 10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 干川 | 10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 三田 | 10:30～11:30 Sound Feel Yoga 福田 | |
| 12:00 | | | | | | | | |
| 13:00 | | 12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 三田 | 12:15～13:15 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 木村 | | 12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 三田 | 12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定) 三田 | 12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 福田 | |
| 14:00 | | 14:00～15:00 フェイスアップヨガ 干川 | | | 14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 三田 | 14:00～15:00 スタンダード60 福田 | 14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 木村 | |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | | 17:30～18:30 背中美人ヨガ 木村 | 17:30～18:30 凹ますヨガティス 干川 | | | 17:30～18:30 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 木村 | | |
| 19:00 | | | | | | | | |
| 20:00 | | 19:15～20:00 Best Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 木村 | 19:15～20:16 骨盤矯正ヨガ 干川 | 19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 三田 | | | | |
| 21:00 | | 21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 木村 | 21:00～22:00 はじめのパワーヨガ' (会員様限定) 干川 | 21:00～22:00 腰筋MAX 干川 | 21:00～22:00 スタンダード60 福田 | | | |
| 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)

◆病気や事故等によりインストラクターの変更がある場合がございます。

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。

