

長岡店【11月1日～11月8日スケジュール】

2020/10/15 更新

	11月1日(日)	11月2日(月)	11月3日(火)	11月4日(水)	11月5日(木)	11月6日(金)	11月7日(土)	11月8日(日)	
9:00		定休日							
10:00	10:30～11:30 腸活ヨガ 金田		10:30～11:30 スリムアッププレス (会員様限定)近藤	10:30～11:30 スタンダード60 金田			10:30～11:30 Sound Feel Yoga 星野	10:30～11:30 アロマリラクソヨガ HARVAL RELAX 遊部	10:30～11:30 SUMO YOGA 星野
11:00									
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 金田		12:15～13:15 アロマリラクソヨガ HARVAL RELAX 遊部	12:15～13:15 ホットピラティス 遊部			12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 遊部	12:15～13:05 全身MAX 星野	12:15～13:15 背中美人ヨガ 星野
13:00									
14:00	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 遊部			14:00～14:50 全身MAX 星野	14:00～15:00 肩コリラクソヨガ 遊部			14:00～15:00 スタンダード60 金田	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 遊部
15:00									
16:00	16:45～16:45 アロマリラクソヨガ FRUITY DIET 遊部		16:45～16:45 リンパデトックスヨガ 近藤					16:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 遊部	16:45～16:45 スタンダード60 金田
17:00			17:30～18:30 スタンダード60 金田				17:30～18:30 腸活ヨガ 金田		
18:00									
19:00				19:15～20:15 アロマリラクソヨガ DEEP FOREST 近藤	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 近藤	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)近藤			
20:00									
21:00				21:00～22:00 SUMO YOGA 星野	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)星野	21:00～22:00 スタンダード60 金田			
22:00									

長岡店【11月9日～11月15日スケジュール】

	11月9日(月)	11月10日(火)	11月11日(水)	11月12日(木)	11月13日(金)	11月14日(土)	11月15日(日)
9:00							
10:00		10:30～11:30 スタンダード60 金田	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 遊部		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 近藤	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)近藤	10:30～11:30 スタンダード60 金田
11:00							
12:00		12:15～13:05 全身MAX 星野	12:15～13:15 腸活ヨガ 金田		12:15～13:15 SUMO YOGA 星野	12:15～13:15 アロマリラクソヨガ DEEP FOREST 遊部	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 遊部
13:00							
14:00			14:00～15:00 アロマリラクソヨガ FRUITY DIET 遊部			14:00～14:50 全身MAX 星野	14:00～15:00 腸活ヨガ 金田
15:00							
16:00						15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 近藤	15:45～16:45 ホットピラティス 遊部
17:00							
18:00				17:30～18:30 背中美人ヨガ 星野		17:30～18:30 スタンダード60 金田	
19:00	18:45～20:15 EXパワーヨガ (会員様限定) 近藤		19:15～20:15 肩コリラクソヨガ 近藤	19:15～20:15 SUMO YOGA 星野	19:15～20:15 スタンダード60 金田		
20:00							
21:00		21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 遊部	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 星野	21:00～22:00 アロマリラクソヨガ DEEP FOREST 近藤	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 遊部		
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)

- ◆病气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1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1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▶



長岡店【11月16日～11月23日スケジュール】

	11月16日(月)	11月17日(火)	11月18日(水)	11月19日(木)	11月20日(金)	11月21日(土)	11月22日(日)	11月23日(月)
9:00								
10:00		10:30～11:30 SUMO YOGA 星野	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 遊部		10:30～11:30 スタンダード60 金田	10:30～11:20 全身MAX 星野	10:30～11:30 腸活ヨガ 金田	
11:00								
12:00		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 遊部	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 近藤		12:15～13:15 Sound Feel Yoga 星野	12:15～13:15 コアコアリセットヨガ 近藤	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 遊部	
13:00								
14:00			14:00～15:00 ホットピラティス 遊部			14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)星野	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 遊部	
15:00	定休日							
16:00						15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 遊部	15:45～17:15 アドバンス90 (会員様限定)近藤	定休日
17:00								
18:00				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 星野		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 遊部		
19:00	19:15～20:15 腸活ヨガ 金田	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 星野	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 近藤	19:15～20:15 ダイエットヨガ (会員様限定)近藤				
20:00								
21:00	21:00～22:00 はじめての「ハリーヨガ」 (会員様限定)近藤	21:00～22:00 スタンダード60 金田	21:00～21:50 全身MAX 星野	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 遊部				
22:00								

長岡店【11月24日～11月31日スケジュール】

	11月24日(火)	11月25日(水)	11月26日(木)	11月27日(金)	11月28日(土)	11月29日(日)	11月30日(月)	
9:00								
10:00	10:30～11:30 スタンダード60 近藤	10:30～11:30 ホットピラティス 近藤		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 遊部	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 近藤	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 遊部		
11:00								
12:00	12:15～13:15 はじめての「ハリーヨガ」 (会員様限定)近藤	12:15～13:15 腸活ヨガ 金田		12:15～13:15 背中美人ヨガ 星野	12:15～13:15 SUMO YOGA 星野	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 遊部		
13:00								
14:00		14:00～15:00 ダイエットヨガ (会員様限定)近藤			14:00～15:00 スタンダード60 金田	14:00～14:50 全身MAX 星野		
15:00							定休日	
16:00					15:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 遊部	15:45～16:45 腸活ヨガ 金田		
17:00								
18:00			17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 遊部		17:30～18:30 Sound Feel Yoga 星野			
19:00	19:15～20:05 全身MAX 星野	19:15～20:15 コアコアリセットヨガ 遊部	19:15～20:15 背中美人ヨガ 星野	19:15～20:15 腸活ヨガ 金田				
20:00								
21:00	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 遊部	21:00～22:00 SUMO YOGA 星野	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 遊部	21:00～21:45 Beat Drum Diet 近藤				
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)

- ◆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の開始の1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1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▶

