

## 上里店【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				10:30～11:15 リンパデトックスヨガ 鶴岡	10:30～11:30 ホットピラティス 丹羽	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 丹羽	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 青木	10:30～11:30 凹ますヨガティス 丹羽
11:00								10:30～11:30 スタンダード60 永易
12:00				12:15～13:15 はじめてのハーヨガ (全員様限定)青木	12:15～13:15 スタンダード60 永易	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 鶴岡	12:15～13:15 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 永易	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (全員様限定)丹羽
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 永易	14:00～15:00 青中美人ヨガ 丹羽			14:00～15:00 SUMO YOGA 青木		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 鶴岡	
15:00								
16:00	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 青木	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 鶴岡					15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 丹羽	
17:00								
18:00	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 永易					17:30～18:30 フェイスアップヨガ 青木		17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 青木
19:00								
20:00								
21:00								
22:00								

定  
休  
日

## 上里店【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 セルトル美脚ヨガ 永易		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 鶴岡	10:30～11:30 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 永易		10:30～11:30 フェイスアップヨガ 青木	10:30～11:30 青中美人ヨガ 青木
12:00							
13:00							
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 永易			14:00～15:00 スタンダード60 永易			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 丹羽
15:00							
16:00	15:45～16:45 フェイスアップヨガ 青木						15:45～16:45 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 永易
17:00							
18:00							17:30～18:30 凹ますヨガティス 丹羽
19:00							
20:00							
21:00							
22:00							

定  
休  
日

【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♪



## 上里店【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	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 丹羽		10:30～11:30 スタンダード60 永易	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)丹羽		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 丹羽	10:30～11:30 SUMO YOGA 青木	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 鶴岡
12:00								
13:00								
14:00	14:00～15:00 腸活ヨガ 青木			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 丹羽		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 丹羽	14:00～15:00 スタンダード60 鶴岡	
15:00								
16:00	15:45～16:45 セルトル腕背中ヨガ 永易					15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 鶴岡	15:45～16:45 ホットピラティス 丹羽	
17:00					17:30～18:30 はじめてのハーネスヨガ (会員様限定)青木		17:30～18:30 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 永易	
18:00								
19:00	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 鶴岡	19:15～20:15 セルトル腕背中ヨガ 永易	19:15～20:15 スタンダード60 青木	19:15～20:15 フェイスアップヨガ 青木				
20:00								
21:00	20:50～21:50 フェイスアップヨガ 青木	20:50～21:50 スタンダード60 青木	20:50～21:50 凹ますヨガティス 丹羽	20:50～21:50 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 永易				
22:00								

定  
休  
日

## 上里店【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 はじめてのハーネスヨガ (会員様限定)青木	10:30～11:30 スタンダード60 永易		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 青木	10:30～11:30 スタンダード60 鶴岡	10:30～11:30 腸活ヨガ 青木		
12:00								
13:00	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 鶴岡	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 丹羽		12:15～13:15 スタンダード60 永易	12:15～13:15 凹ますヨガティス 丹羽	12:15～13:15 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 永易		
14:00								
15:00					14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 鶴岡	14:00～15:00 スタンダード60 青木		
16:00					16:45～16:45 セルトル腕背中ヨガ 永易	15:45～16:45 はじめてのハーネスヨガ (会員様限定)青木		
17:00								
18:00					17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 青木			
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 永易	19:15～20:15 SUMO YOGA 青木	19:15～20:15 K-POPダンスダイエット make you KUBIRE 永易	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 鶴岡				
20:00								
21:00	20:50～21:50 背中美人ヨガ 丹羽	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 鶴岡	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 青木	20:50～21:50 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)丹羽				
22:00								

定  
休  
日

定  
休  
日

【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♪

