

## 金沢店【4月1日～4月8日スケジュール】

2020年 4月 10日更新

| 4月 1日(水) | 4月 2日(木)   | 4月 3日(金)                                       | 4月 4日(土)  | 4月 5日(日)                                       | 4月 6日(月)                                | 4月 7日(火)   | 4月 8日(水)  |
|----------|--|--|---|--|---|--|---|
| 9:00     |  |  | 9:00~9:45<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕背中Edition<br>小笠原 | 9:00~10:00<br>ココカラリセッショガ<br>太田                 |   |  |   |
| 10:00    | 10:00~11:00<br>SUMO YOGA<br>田中                         | 10:00~11:00<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>飯塚 | 10:00~11:00<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>(会員様限定)飯塚      | 10:45~11:45<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>折戸 | 10:45~11:45<br>SUMO YOGA<br>水野          | 10:00~11:00<br>スタンダード60<br>川尻                          | 10:00~11:00<br>骨盤矯正ヨガ<br>折戸                     |
| 11:00    |  |  |   |  |   |  |   |
| 12:00    | 11:45~12:45<br>スタンダード60<br>飯塚                          | 11:45~12:45<br>Sound Feel Yoga<br>折戸           | 11:45~12:45<br>肩コリラックスヨガ<br>小笠原                       | 12:30~13:30<br>ホットピラティス<br>水野                  | 12:30~13:30<br>スタンダード60<br>飯塚           | 11:45~12:45<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>田中                 | 11:45~12:45<br>はじめてのハーヨガ<br>(会員様限定)小笠原          |
| 13:00    |  |  |   |  |   |  |   |
| 14:00    | 13:30~14:30<br>フェイスアップヨガ<br>田中                         | 14:00~15:00<br>リンパデトックスヨガ<br>飯塚                | 14:30~15:30<br>スタンダード60<br>小笠原                        | 14:45~15:15<br>肩活ヨガ<br>太田                      | 14:45~15:45<br>アドバンス90<br>(会員様限定)<br>川尻 | 14:00~15:00<br>ココカラリセッショガ<br>川尻                        | 13:30~14:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>折戸 |
| 15:00    |  |  |   |  |   |  |   |
| 16:00    |  |  |   | 16:00~17:00<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>田中         | 16:30~17:30<br>リンパデトックスヨガ<br>飯塚         |  |   |
| 17:00    |  |  | 17:30~18:30<br>リンパデトックスヨガ<br>小笠原                      | 17:30~18:30<br>ココカラリセッショガ<br>太田                | 17:30~18:30<br>セルトル美脚ヨガ<br>水野           | 17:30~18:30<br>SUMO YOGA<br>田中                         | 17:30~18:30<br>スタンダード60<br>太田                   |
| 18:00    |  |  |   |  | 17:45~18:45<br>スタンダード60<br>太田           | 18:15~19:15<br>はじめてのハーヨガ<br>(会員様限定)田中                  |   |
| 19:00    | 19:15~20:00<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕背中Edition<br>折戸 | 19:15~20:15<br>スタンダード60<br>水野                  | 19:15~20:15<br>ととのえてゆがみヨガ<br>田中                       |  |   | 19:15~20:15<br>リンパデトックスヨガ<br>小笠原                       | 19:15~20:15<br>Sound Feel Yoga<br>飯塚            |
| 20:00    |  |  |   |  |   |  |   |
| 21:00    | 21:00~22:00<br>スタンダード60<br>太田                          | 21:00~22:00<br>はじめてのハーヨガ<br>(会員様限定)小笠原         | 21:00~22:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>水野       |  |   | 21:00~21:45<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕背中Edition<br>飯塚 | 21:00~22:00<br>ココカラリセッショガ<br>太田                 |
| 22:00    |  |  |   |  |   |  |   |

定休日

## 金沢店【4月9日～4月15日スケジュール】

| 4月 9日(木) | 4月 10日(金)   | 4月 11日(土)                                      | 4月 12日(日)  | 4月 13日(月)                                       | 4月 14日(火)  | 4月 15日(水)                            |
|----------|---|--|--|---|--|--------------------------------------|
| 9:00     |   | 9:00~10:00<br>スタンダード60<br>飯塚                   | 9:00~10:00<br>Sound Feel Yoga<br>太田              |   |  |                                      |
| 10:00    | 10:00~10:45<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕背中Edition<br>小笠原 | 10:00~11:00<br>リンパデトックスヨガ<br>飯塚                | 10:45~11:45<br>はじめてのハーヨガ<br>(会員様限定)小笠原           | 10:45~11:10<br>デープレスヨガ<br>(会員様限定)折戸             | 10:00~11:00<br>セルトル美脚ヨガ<br>水野                    |                                      |
| 11:00    |   |  |  |   |  |                                      |
| 12:00    | 11:45~12:45<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>田中          | 11:45~12:45<br>背中美人ヨガ<br>小笠原                   | 12:30~13:30<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>飯塚           | 12:30~13:30<br>スタンダード60<br>折戸                   | 12:00~13:00<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>折戸   | 11:45~12:45<br>スタンダード60<br>折戸        |
| 13:00    |   |  |  |   |  |                                      |
| 14:00    | 14:00~15:00<br>肩コリラックスヨガ<br>小笠原                         | 13:30~14:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>飯塚 | 14:15~15:15<br>SUMO YOGA<br>田中                   | 14:15~15:15<br>肩活ヨガ<br>水野                       |  |                                      |
| 15:00    |   |  |  |   |  |                                      |
| 16:00    |   | 16:00~17:00<br>スタンダード60<br>太田                  | 16:00~17:00<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>(会員様限定)田中 |   | 16:00~17:00<br>リンパデトックスヨガ<br>小笠原                 | 17:30~18:30<br>ココカラリセッショガ<br>太田      |
| 17:00    |   |  |  |   |  |                                      |
| 18:00    | 17:30~18:30<br>スリムアッププレス<br>(会員様限定)折戸                   | 17:30~18:30<br>肩活ヨガ<br>太田                      | 17:45~18:45<br>ココカラリセッショガ<br>水野                  | 17:45~18:45<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>水野 | 17:30~18:30<br>ココカラリセッショガ<br>太田                  |                                      |
| 19:00    | 19:00~20:00<br>スタンダード60<br>太田                           | 19:15~20:15<br>SUMO YOGA<br>水野                 |  |   | 19:15~20:15<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>(会員様限定)田中 | 19:15~20:15<br>肩コリラックスヨガ<br>小笠原      |
| 20:00    |   |  |  |   |  |                                      |
| 21:00    | 21:00~22:00<br>ホットピラティス<br>水野                           | 21:00~22:00<br>フェイスアップヨガ<br>田中                 |  |   | 21:00~22:00<br>スタンダード60<br>小笠原                   | 21:00~22:00<br>Sound Feel Yoga<br>太田 |
| 22:00    |   |  |  |   |  |                                      |

定休日

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付センター】

専用ダイヤル: 0570-666-969 (平日/土曜日 受付時間 8:30~21:00)

(日曜日/祝日 受付時間 8:30~19:00)

\*上記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。

◆ご予約されたレッスンをキャンセル、又は変更される場合は

1時間前迄にご連絡をお願い致します。

◆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4回以上で、翌月の予約可能回数が1回ずつに制限されます。

※キャンセル待ちをされる場合は、【キャンセル待ち期間】の設定をお願い致します。

◆SURF EXERCISE (Basic, Balance, Beauty lower body, CORE Beginner)はSURF会員様限定のレッスンです。

※ロゴの会員様は追加受講料がかかります。

## 金沢店【4月16日～4月23日スケジュール】

|       | 4月 16日(木)  | 4月 17日(金)                               | 4月 18日(土)  | 4月 19日(日)                                      | 4月 20日(月)                       | 4月 21日(火)                                       | 4月 22日(水)  | 4月 23日(木)                                       |
|-------|--|---|--|--|---------------------------------|---|--|---|
| 9:00  |  |   | 9:00～10:00<br>ホットピラティス<br>田中                           | 9:00～10:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>飯塚 |                                 |   |  |   |
| 10:00 | 10:00～11:00<br>ととのえてゆがみとりヨガ<br>田中                      | 10:00～11:00<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定)小笠原 |  |  | 10:00～11:00<br>ココカラリセッショナ<br>太田 | 10:00～11:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>折戸 | 10:00～11:00<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>(会員様限定)飯塚 |   |
| 11:00 |  |   | 10:45～11:45<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>飯塚         | 10:45～11:45<br>スリムアップブレス<br>(会員様限定)折戸          |                                 |   |  |   |
| 12:00 | 11:45～12:45<br>背中美人ヨガ<br>小笠原                           | 11:45～12:45<br>ゆるめゆがみとりヨガ<br>田中         |  | 12:30～13:30<br>Sound Feel Yoga<br>太田           | 12:30～13:30<br>肩コリラックスヨガ<br>小笠原 | 11:45～12:45<br>背中美人ヨガ<br>水野                     | 11:45～12:45<br>リンパデトックスヨガ<br>飯塚                  | 11:45～12:45<br>スタンダード60<br>小笠原                  |
| 13:00 |  |   | 13:30～14:15<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕背中Edition<br>飯塚 |  |                                 |   | 13:30～14:30<br>骨盤矯正ヨガ<br>折戸                      | 14:15～15:15<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>飯塚 |
| 14:00 | 14:30～15:30<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>田中                 |   |  | 14:15～15:15<br>スタンダード60<br>飯塚                  | 14:15～15:15<br>ココカラリセッショナ<br>水野 |   |  |   |
| 15:00 |  |   |  |  |                                 |   |  |   |
| 16:00 |  |   |  | 16:00～17:00<br>セルトル美脚ヨガ<br>水野                  |                                 |   |  |   |
| 17:00 |  |   |  |  | 17:00～18:00<br>SUMO YOGA<br>田中  |   |  |   |
| 18:00 |  |   |  |  |                                 |   |  |   |
| 19:00 | 19:15～20:00<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕背中Edition<br>飯塚 | 19:15～20:15<br>肩活ヨガ<br>太田               |  |  |                                 | 19:15～20:15<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>小笠原 | 19:15～20:15<br>セルトル美脚ヨガ<br>水野                    |   |
| 20:00 |  |   |  |  |                                 |   |  |   |
| 21:00 | 21:00～22:00<br>スタンダード60<br>折戸                          | 21:00～22:00<br>セルトル美脚ヨガ<br>水野           |  |  |                                 | 21:00～22:00<br>Sound Feel Yoga<br>飯塚            | 21:00～22:00<br>肩コリラックスヨガ<br>小笠原                  | 21:00～22:00<br>SUMO YOGA<br>水野                  |
| 22:00 |  |   |  |  |                                 |   |  |   |

定休日

## 金沢店【4月24日～4月30日スケジュール】

|       | 4月 24日(金)  | 4月 25日(土)  | 4月 26日(日)                       | 4月 27日(月)                                       | 4月 28日(火)  | 4月 29日(水)                       | 4月 30日(木)                               |
|-------|--|--|---------------------------------|---|--|---------------------------------|---|
| 9:00  |  | 9:00～10:00<br>肩活ヨガ<br>水野                               | 9:00～10:00<br>背中美人ヨガ<br>折戸      |   | 9:00～10:00<br>SUMO YOGA<br>田中                          |                                 |   |
| 10:00 | 10:00～11:00<br>スタンダード60<br>飯塚                    |  |                                 | 10:00～11:00<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>小笠原 |  | 10:00～11:00<br>肩コリラックスヨガ<br>小笠原 |   |
| 11:00 |  | 10:45～11:45<br>Sound Feel Yoga<br>飯塚                   | 10:45～11:45<br>肩コリラックスヨガ<br>小笠原 |   | 10:45～11:45<br>スタンダード60<br>太田                          |                                 |   |
| 12:00 | 11:45～12:45<br>ダイエットヨガ<br>(会員様限定)折戸              |  |                                 | 11:45～13:15<br>EXパワーヨガ<br>(会員様限定)<br>田中         | 12:30～13:30<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>(会員様限定)飯塚       | 11:45～12:45<br>ココカラリセッショナ<br>水野 |   |
| 13:00 |  |  |                                 |   |  |                                 | 13:30～14:30<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定)小笠原 |
| 14:00 |  | 14:15～15:00<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕背中Edition<br>折戸 | 14:15～15:15<br>リンパデトックスヨガ<br>太田 |   |  |                                 |   |
| 15:00 |  |  |                                 |   | 16:00～17:00<br>Sound Feel Yoga<br>太田                   |                                 |   |
| 16:00 |  | 16:00～17:00<br>スタンダード60<br>小笠原                         | 16:00～17:00<br>ホットピラティス<br>水野   |   |  |                                 |   |
| 17:00 |  |  |                                 |   | 17:30～18:15<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕背中Edition<br>飯塚 |                                 |   |
| 18:00 | 17:30～18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>小笠原 | 17:45～18:45<br>骨盤矯正ヨガ<br>折戸                            |                                 |   | 17:45～18:45<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>折戸        |                                 |   |
| 19:00 | 19:15～20:15<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定)田中           |  |                                 |   | 19:15～20:15<br>リンパデトックスヨガ<br>太田                        |                                 |   |
| 20:00 |  |  |                                 |   |  |                                 |   |
| 21:00 | 21:00～22:00<br>リンパデトックスヨガ<br>小笠原                 |  |                                 |   | 21:00～22:00<br>青中美人ヨガ<br>水野                            |                                 |   |
| 22:00 |  |  |                                 |   |  |                                 |   |

定休日

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付コールセンター】  
専用ダイヤル: 0570-866-969  
(平日/土曜日 受付時間 8:30～21:00)  
(日曜日/祝日 受付時間 8:30～19:00)

\*上記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。

◆ご予約されたレッスンをキャンセル、または変更される場合は

1時間以内にご連絡をお願いします。

◆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。

※レッスン開始時間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2回以上で、翌月の予約可能回数が1回ずつに制限されます。

※キャンセル待ちをされる場合は、【キャンセル待ち期間】の設定をお願い致します。

◆SURF EXERCISE(Basic, Balance, Beauty lower body, CORE Beginner)はSURF会員様限定のレッスンです。

※ロイプの会員様は追加受講料がかかります