

小山店【4月1日～4月8日スケジュール】

2020年4月11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								
10:00	10:00～11:00 スタンダード60 安藤	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 望月	10:00～11:00 Sound Feel Yoga 望月	10:00～11:00 スタンダード60 安藤	10:00～11:00 ホットピラティス 望月		10:00～11:00 スリムアップブレス (会員様限定)大山	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 安藤
11:00								
12:00	11:45～12:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 石塚	11:45～12:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 望月	11:45～12:45 スタンダード60 石塚	11:45～12:45 はじめてのハーヨガ* (会員様限定)大山	11:45～12:45 骨盤矯正ヨガ 大山		11:45～12:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 石塚	11:45～12:45 美姿勢アンチエイジング 茂呂
13:00								
14:00	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 安藤	13:30～14:30 スタンダード60 安藤	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 石塚	13:30～14:30 肩コリラックスヨガ 安藤	13:30～14:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 石塚		13:30～14:40 ディープブレス3か* (会員様限定)大山	13:30～14:30 スタンダード60 安藤
15:00					15:15～16:15 SUMO YOGA 大山	15:15～16:15 スタンダード60 望月		
16:00								
17:00	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 望月	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 石塚	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 安藤	17:00～18:00 ココカラガリセトヨガ* 茂呂	17:00～18:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)大山		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 茂呂	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 望月
18:00								
19:00	19:15～20:15 ココカラガリセトヨガ* 茂呂	19:15～20:15 スタンダード60 大山	19:15～20:15 美姿勢アンチエイジング 茂呂				19:15～20:15 スタンダード60 安藤	19:15～20:15 凹ますヨガティス 望月
20:00								
21:00	20:50～21:50 腸活ヨガ 望月	20:50～21:50 ダイエットヨガ (会員様限定)大山	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 安藤				20:50～21:50 ココカラガリセトヨガ* 茂呂	20:50～21:50 スタンダード60 石塚
22:00								

定
休
日

小山店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							
10:00	10:00～11:00 スタンダード60 茂呂	10:00～11:00 背中美人ヨガ 大山	10:00～10:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 石塚	10:00～11:00 美姿勢アンチエイジング 茂呂		10:00～11:10 ディープブレスヨガ* (会員様限定)大山	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 茂呂
11:00							
12:00	11:45～12:45 凹ますヨガティス 望月	11:45～12:45 肩コリラックスヨガ 安藤	11:45～12:45 スタンダード60 石塚	11:45～12:45 リンパデトックスヨガ 安藤		11:45～12:45 スタンダード60 茂呂	11:45～12:45 ホットピラティス 望月
13:00							
14:00	13:30～14:30 ココカラガリセトヨガ* 茂呂	13:30～14:30 はじめてのハーヨガ* (会員様限定)大山	13:30～14:30 腸活ヨガ 望月	13:30～14:30 Sound Feel Yoga 望月			13:30～14:30 ココカラガリセトヨガ* 茂呂
15:00							
16:00							
17:00	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 大山	17:30～18:30 美姿勢アンチエイジング 茂呂		17:00～18:00 スリムアップブレス (会員様限定)大山	17:00～18:00 SUMO YOGA 大山		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 望月
18:00							
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 安藤	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 石塚				19:15～20:15 腸活ヨガ 望月	19:15～20:15 スタンダード60 石塚
20:00							
21:00	20:50～21:50 Sound Feel Yoga 大山	20:50～21:50 腸活ヨガ 望月				20:50～21:35 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 石塚	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 石塚
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

*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、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(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、(キャンセル待ち期限)の設定をお願い致します。

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

※ロープの会員様は追加受講料がかかります。

小山店【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								
10:00	10:00～11:00 スタンダード60 安藤	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 安藤	10:00～11:00 スタンダード60 石塚	10:00～11:00 凹ますヨガティス 望月		10:00～11:00 スリムアッププレス (会員様限定)大山	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 安藤	10:00～10:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 石塚
11:00								
12:00	11:45～12:45 美姿勢アンチエイジング 茂呂	11:45～12:45 リンパデトックスヨガ 安藤	11:45～12:45 SUMO YOGA 大山	11:45～12:45 スタンダード60 望月		11:45～12:45 ココロカラリセトヨガ 茂呂	11:45～12:45 スタンダード60 安藤	11:45～12:45 骨盤矯正ヨガ 大山
13:00								
14:00								
15:00								
16:00								
17:00								
18:00	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)大山					17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 石塚		17:30～18:30 スタンダード60 安藤
19:00								
20:00								
21:00	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 望月	19:15～20:15 凹ますヨガティス 望月				19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 安藤	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 望月	19:15～20:15 美姿勢アンチエイジング 茂呂
22:00	20:50～21:50 スタンダード60 石塚	20:50～21:50 腸活ヨガ 望月				20:50～21:50 ホットピラティス 望月	20:50～21:50 スタンダード60 石塚	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 安藤

定
休
日

小山店【4月24日～4月29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							
10:00	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 茂呂	10:00～11:00 凹ますヨガティス 望月	10:00～11:00 腸活ヨガ 望月		10:00～11:00 スタンダード60 石塚	10:00～10:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 石塚	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 安藤
11:00							
12:00	11:45～12:45 セルトル美脚ヨガ 安藤	11:45～12:45 スタンダード60 茂呂	11:45～12:45 Sound Feel Yoga 望月		11:45～12:45 リンパデトックスヨガ 安藤	11:45～12:45 スタンダード60 安藤	11:45～12:45 ホットピラティス 望月
13:00							
14:00		13:30～14:30 肩コリラックスヨガ 安藤	13:30～14:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 石塚	13:30～14:30 スタンダード60 石塚		13:30～14:30 肩コリラックスヨガ 安藤	
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 望月				17:30～18:30 凹ますヨガティス 望月	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)大山	
20:00							
21:00	20:50～21:50 ディーププレスヨガ (会員様限定)大山				19:15～20:15 スタンダード60 茂呂	19:15～20:15 ココロカラリセトヨガ 茂呂	
22:00					20:50～21:50 背中美人ヨガ 大山	20:50～21:50 スタンダード60 茂呂	

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: 0570-866-969
(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、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戴します。

※レッスン開始時間より1時間前までに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、[キャンセル待ち期限]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。

※ロープの会員様は追加受講料がかかります。