

## 苦小牧店【4月1日～4月7日スケジュール】

2021年 4月 3日更新

4月 1日(木)	4月 2日(金)	4月 3日(土)	4月 4日(日)	4月 5日(月)	4月 6日(火)	4月 7日(水)
9:00						
10:00						
11:00	10:30～11:30 ゆるめてゆがみとりヨガ 小澤	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 児玉	10:30～11:30 ホットピラティス 小澤		10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 児玉	10:30～11:30 コロナドリセッショガ 内山
12:00						
13:00	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)児玉	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 内山	12:15～13:15 腸活ヨガ 浜野		12:15～13:15 スタンダード60 小澤	12:15～13:15 スリムアッププレス 浜野
14:00						
15:00						
16:00						
17:00	17:30～18:30 SUMO YOGA 浜野	17:30～18:30 回ますヨガティス 内山				
18:00						
19:00	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 児玉	19:15～20:15 スリムアッププレス 浜野			19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 内山	19:15～20:15 フェイスアップヨガ 小澤
20:00						
21:00	21:00～22:00 背中美人ヨガ 内山	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 小澤			21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 児玉	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 児玉
22:00						

## 定休日

## 苦小牧店【4月8日～4月15日スケジュール】

4月 8日(木)	4月 9日(金)	4月 10日(土)	4月 11日(日)	4月 12日(月)	4月 13日(火)	4月 14日(水)	4月 15日(木)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 児玉	10:30～11:30 SUMO YOGA 内山	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 小澤	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 内山	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)児玉		
12:00							
13:00	12:15～13:15 ホットピラティス 内山	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 児玉	12:15～13:15 背中美人ヨガ 内山	12:15～13:15 フェイスアップヨガ 浜野	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小澤		
14:00							
15:00							
16:00							
17:00	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 児玉	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 内山					
18:00							
19:00	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 内山	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 浜野	15:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 児玉	15:45～16:45 ダイエットヨガ 浜野	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 児玉	19:15～20:15 K-POP WORKOUT Girls MIX 内山	
20:00							
21:00	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)児玉	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 小澤			21:00～22:00 スリムアッププレス 浜野	21:00～22:00 回ますヨガティス 内山	21:00～22:00 スタンダード60 児玉
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)

◆クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

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。



## 苦小牧店【4月16日～4月22日スケジュール】

	4月 16日(金)	4月 17日(土)	4月 18日(日)	4月 19日(月)	4月 20日(火)	4月 21日(水)	4月 22日(木)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 内山	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)児玉			10:30～11:30 ダイエットヨガ 浜野	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小澤	
12:00							
13:00	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 児玉	12:15～13:15 ココカラガリセトヨガ 内山			12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 児玉	12:15～13:15 スタンダード60 浜野	
14:00	14:00～15:00 腸活ヨガ 内山	14:00～15:00 スリムアップブレス 浜野			14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)児玉	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小澤	
15:00							
16:00		15:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 児玉					
17:00					17:30～18:30 ココカラガリセトヨガ 小澤		17:20～18:30 ディープブレスヨガ (会員様限定)内山
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 浜野	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 内山					
19:00	19:15～20:15 フェイスアップヨガ 浜野				19:15～20:15 SUMO YOGA 浜野	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 児玉	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 小澤
20:00							
21:00	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小澤				21:00～22:00 スタンダード60 小澤	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 浜野	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 内山
22:00							

定  
休  
日

## 苦小牧店【4月23日～4月30日スケジュール】

	4月 23日(金)	4月 24日(土)	4月 25日(日)	4月 26日(月)	4月 27日(火)	4月 28日(水)	4月 29日(木)	4月 30日(金)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 児玉	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小澤	10:30～11:30 腸活ヨガ 内山		10:30～11:30 ココカラガリセトヨガ 児玉	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 小澤	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 浜野	10:30～11:30 スタンダード60 小澤
12:00								
13:00	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 浜野	12:15～13:15 スタンダード60 児玉	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小澤		12:15～13:15 SUMO YOGA 浜野	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 児玉	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小澤	12:15～13:15 背中美人ヨガ 内山
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 浜野	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 児玉	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 小澤		14:00～15:00 スタンダード60 児玉	14:00～15:00 とのてゆがみとりヨガ 小澤	14:00～15:00 ダイエットヨガ 浜野	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 内山
15:00								
16:00		15:45～16:45 ゆるめてゆがみとりヨガ 小澤	15:45～16:45 K-POP WORKOUT Girls MIX 内山				15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 小澤	
17:00								
18:00	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 内山	17:30～18:30 フェイスアップヨガ 浜野			17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 内山		17:30～18:30 K-POP WORKOUT Girls MIX 内山	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 児玉
19:00	19:15～20:15 背中美人ヨガ 内山				19:15～20:15 腸活ヨガ 浜野	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)児玉		19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 児玉
20:00								
21:00	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)児玉				21:00～22:00 凹ますヨガティス 内山	21:00～22:00 スリムアップブレス 浜野		21:00～22:00 ホットピラティス 小澤
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)

◆クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

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に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。

