

## 秋田店【7月1日～7月8日スケジュール】

2021年7月7日更新

	7月1日(木)	7月2日(金)	7月3日(土)	7月4日(日)	7月5日(月)	7月6日(火)	7月7日(水)	7月8日(木)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 藤井	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 阿部	10:30～11:30 ホットピラティス 桑原		10:30～11:30 スタンダード60 阿部	10:30～12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 藤井	
12:00								
13:00		12:15～13:15 はじめてのハ'ーとか' (会員様限定)桑原	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 藤井	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 佐藤		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 佐藤	12:45～13:45 脚活ヨガ 阿部	
14:00		14:00～15:00 スリムアッププレス 藤井	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 桑原	14:00～14:45 Best Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 桑原		14:00～15:00 SUMO YOGA 阿部	14:30～15:30 スタンダード60 阿部	
15:00								
16:00								
17:00								
18:00		17:30～18:30 青中美人ヨガ 阿部	17:30～18:30 脚活ヨガ 阿部	17:30～18:30 はじめてのハ'ーとか' (会員様限定)桑原		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 藤井	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 藤井	
19:00		19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 桑原	19:15～20:00 Best Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 桑原			19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)佐藤	19:15～20:15 スリムアッププレス 桑原	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 藤井
20:00								
21:00		21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 阿部	21:00～22:00 スタンダード60 阿部			21:00～22:00 回ますヨガティス 藤井	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 桑原	21:00～22:00 青中美人ヨガ 阿部
22:00								

## 秋田店【7月9日～7月15日スケジュール】

	7月9日(金)	7月10日(土)	7月11日(日)	7月12日(月)	7月13日(火)	7月14日(水)	7月15日(木)
9:00							
10:00							
11:00		10:30～11:30 スリムアッププレス 藤井	10:30～11:15 Best Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 桑原	10:30～11:30 脚活ヨガ 藤井	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)藤井	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 桑原	
12:00							
13:00							
14:00		12:15～13:15 スタンダード60 桑原	12:00～13:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 阿部	12:15～13:15 回ますヨガティス 佐藤	12:15～13:15 青中美人ヨガ 阿部	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 藤井	
15:00							
16:00							
17:00							
18:00		14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)藤井	13:45～14:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 桑原	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 藤井	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 藤井		
19:00							
20:00							
21:00		15:30～17:00 (会員様限定) 佐藤	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 佐藤				
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。

◆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予約はこちらから♪



## 秋田店【7月16日～7月23日スケジュール】

	7月16日(金)	7月17日(土)	7月18日(日)	7月19日(月)	7月20日(火)	7月21日(水)	7月22日(木)	7月23日(金)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 佐藤	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 藤井	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 藤井		10:30～11:30 スタンダード60 阿部	10:30～11:30 SUMO YOGA 阿部	10:30～11:30 青中美人ヨガ 阿部	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 桑原
12:00	12:15～13:00 Best Drum Diet3.0 二の讀音中Edition 桑原	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 佐藤	12:15～13:15 スリムアップブレス 藤井		12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 藤井	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐藤	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)藤井	12:15～13:15 ホットピラティス 藤井
13:00								
14:00	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 佐藤	14:00～15:00 はじめてのバーニカ (会員様限定)藤井	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 佐藤		14:00～15:00 スタンダード60 佐藤	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 阿部	14:00～14:45 Nonstop Power Running 桑原	
15:00								
16:00		15:45～16:45 回ますヨガティス 佐藤	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 佐藤			15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 藤井	15:45～16:45 スタンダード60 阿部	
17:00								
18:00	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)藤井	17:30～18:30 青中美人ヨガ 阿部			17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 佐藤	17:30～18:15 Nonstop Power Running 桑原	17:30～18:30 脚活ヨガ 藤井	
19:00								
20:00	19:15～20:15 脚活ヨガ 阿部					18:45～19:45 リンパデトックスヨガ 桑原		
21:00	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 藤井					20:30～22:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 藤井		
22:00						21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 佐藤		

定  
休  
日

## 秋田店【7月24日～7月31日スケジュール】

	7月24日(土)	7月25日(日)	7月26日(月)	7月27日(火)	7月28日(水)	7月29日(木)	7月30日(金)	7月31日(土)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 藤井	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 阿部		10:30～11:30 スリムアップブレス 桑原	10:30～11:15 Nonstop Power Running 桑原		10:30～11:30 はじめてのバーニカ (会員様限定)藤井	10:30～11:30 スタンダード60 阿部
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 阿部	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 藤井		12:15～13:15 脚活ヨガ 阿部	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 佐藤		12:15～13:15 青中美人ヨガ 阿部	12:15～13:00 Nonstop Power Running 桑原
13:00								
14:00	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 佐藤	14:00～15:00 青中美人ヨガ 阿部		14:00～15:00 スタンダード60 阿部		14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 藤井	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 佐藤	
15:00								15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 桑原
16:00	15:45～16:45 ホットピラティス 佐藤	15:45～16:45 Sound Feel Yoga 藤井						
17:00								
18:00	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 阿部			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 佐藤	17:30～18:30 スリムアップブレス 藤井	17:30～18:15 Nonstop Power Running 桑原	17:30～18:30 はじめてのバーニカ (会員様限定)佐藤	
19:00								
20:00				19:15～20:00 Nonstop Power Running 桑原	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 佐藤	19:15～20:15 回ますヨガティス 佐藤	19:15～20:15 スタンダード60 阿部	
21:00						21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)佐藤	21:00～22:00 SUMO YOGA 阿部	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 藤井
22:00								21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 桑原

【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。

◆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予約はこちらから♪

