

長岡店【10月1日～10月8日スケジュール】

2021年 9月 15日更新

	10月 1日(金)	10月 2日(土)	10月 3日(日)	10月 4日(月)	10月 5日(火)	10月 6日(水)	10月 7日(木)	10月 8日(金)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 ダイエットヨガ 近藤	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 星野	10:30～11:15 Best Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 星野		10:30～11:30 もも尻ヨガティス 近藤	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 進部		10:30～11:30 スタンダード60 進部
12:00	12:15～13:15 腸活ヨガ ガーヴィー	12:15～13:00 Nonstop Power Running 星野	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 進部		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 進部	12:15～13:15 SUMO YOGA 星野		12:15～13:15 ホットピラティス 進部
13:00								
14:00	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)近藤	14:00～15:00 スタンダード60 近藤	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 星野		14:00～15:00 Sound Feel Yoga 近藤	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 進部		14:00～15:00 腸活ヨガ ガーヴィー
15:00								
16:00		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 星野	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 進部					
17:00	17:30～18:30 スタンダード60 進部	17:30～18:30 スリムアッププレス 近藤		17:30～18:30 腸活ヨガ ガーヴィー		17:30～18:30 腹筋MAX 星野		17:00～18:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 近藤
18:00								
19:00	19:15～20:15 腹筋MAX 星野			19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 進部	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 星野	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)進部	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 星野	
20:00								
21:00	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 進部			21:00～22:00 スタンダード60 進部	21:00～22:00 背中美人ヨガ 星野	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 進部	21:00～21:45 Nonstop Power Running 星野	
22:00								

定
休
日

長岡店【10月9日～10月15日スケジュール】

	10月 9日(土)	10月 10日(日)	10月 11日(月)	10月 12日(火)	10月 13日(水)	10月 14日(木)	10月 15日(金)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 星野	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 近藤		10:30～11:15 Nonstop Power Running 星野	10:30～11:30 腸活ヨガ ガーヴィー		10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 進部
12:00		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 近藤	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 近藤		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 進部	12:15～13:15 背中美人ヨガ 近藤	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 近藤
13:00							
14:00	14:00～15:00 腹筋MAX 星野	14:00～15:00 腸活ヨガ ガーヴィー		14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)進部	14:00～15:00 スタンダード60 近藤		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 進部
15:00							
16:00	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 近藤	15:45～16:45 スリムアッププレス 近藤					
17:00				17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)近藤			
18:00					17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 進部	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 進部	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 近藤
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)

◆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♪



長岡店【10月16日～10月23日スケジュール】

	10月 16日(土)	10月 17日(日)	10月 18日(月)	10月 19日(火)	10月 20日(水)	10月 21日(木)	10月 22日(金)	10月 23日(土)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)近藤	10:30～11:30 背中美人ヨガ 星野		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 星野	10:30～11:30 腹筋MAX 星野		10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 近藤	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 遠部
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 近藤	12:15～13:15 腸活ヨガ ガーヴィー		12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の脚膏中Edition 星野	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 星野		12:45～13:45 免疫セラピーヨガ 遠部	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 遠部
13:00								
14:00	14:00～15:00 腸活ヨガ ガーヴィー	14:00～14:45 Nonstop Power Running 星野		14:00～15:00 腸活ヨガ ガーヴィー	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 星野		14:30～15:30 ホットピラティス 近藤	14:00～14:45 Nonstop Power Running 星野
15:00								
16:00	15:45～16:45 腹筋MAX 星野	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 星野						15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 遠部
17:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 星野			17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)遠部	17:30～18:30 ダイエットヨガ 近藤		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 遠部	17:30～18:30 SUMO YOGA 星野
18:00								
19:00				19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 遠部	19:15～20:15 スタンダード60 遠部	19:15～20:15 腸活ヨガ ガーヴィー	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 星野	
20:00								
21:00				21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 近藤	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 近藤	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 近藤	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 星野	
22:00								

長岡店【10月24日～10月31日スケジュール】

	10月 24日(日)	10月 25日(月)	10月 26日(火)	10月 27日(水)	10月 28日(木)	10月 29日(金)	10月 30日(土)	10月 31日(日)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 肩コリリラックスヨガ 遠部		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 星野	10:30～11:30 スリムアップブレス 近藤		10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)遠部	10:30～11:15 Nonstop Power Running 星野	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 近藤
12:00			12:15～13:15 背中美人ヨガ 星野	12:15～13:15 腹筋MAX 星野	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 近藤		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 遠部	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 星野
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 遠部		14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 遠部	14:00～14:45 Nonstop Power Running 星野	14:00～15:00 腸活ヨガ ガーヴィー	14:00～15:00 ダイエットヨガ 近藤	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 遠部	
15:00								
16:00	15:45～16:45 腹筋MAX 星野						15:45～16:45 スタンダード60 近藤	15:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 遠部
17:00								
18:00								
19:00								
20:00								
21:00								
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♪

