

松本店【10月1日～10月8日スケジュール】

2021年 10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				定休日				
10:00								
11:00	10:30～11:40 ディープブレスヨガ 高橋	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 三宅	10:30～11:30 スタンダード60 加藤		10:30～11:30 背中美人ヨガ 三宅	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)高橋		10:30～11:30 腹筋MAX 小坂
12:00								
13:00	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 小坂	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 三宅	12:15～13:15 腸活ヨガ 加藤		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 三宅	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 高橋		12:15～13:15 スタンダード60 加藤
14:00	14:00～15:00 はじめての「ハーカ」 (会員様限定)高橋	14:00～15:00 ダイエットヨガ 高橋	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 三宅		14:00～15:00 腹筋MAX 小坂	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 三宅		14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 加藤
15:00								
16:00		15:45～16:45 スタンダード60 加藤	15:45～16:30 Nonstop Power Running 三宅					
17:00					17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 高橋			17:00～18:00 リンパデトックスヨガ 高橋
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 三宅	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 加藤					17:30～18:30 ダイエットヨガ 小坂	
19:00	19:15～20:15 スリムアッププレス 小坂				19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小坂	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 高橋	19:15～20:15 はじめての「ハーカ」 (会員様限定)高橋	18:45～19:45 ホットピラティス 小坂
20:00								
21:00	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 小坂				21:00～22:00 ココロカラダリセット30 高橋	21:00～22:00 スタンダード60 加藤	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 高橋	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 小坂
22:00								

松本店【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			定休日				
10:00							
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 三宅	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 三宅		10:30～11:30 スタンダード60 加藤	10:30～11:15 Nonstop Power Running 三宅		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 高橋
12:00							
13:00	12:15～13:15 SUMO YOGA 三宅	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 高橋		12:15～13:15 ホットピラティス 小坂	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 三宅		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)高橋
14:00	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小坂	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 高橋		14:00～15:00 スリムアッププレス 小坂			14:00～15:00 スタンダード60 加藤
15:00							
16:00	15:45～16:45 もも尻ヨガティス 小坂	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 三宅					
17:00						17:00～18:00 リンパデトックスヨガ 小坂	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 高橋
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 加藤			17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 三宅	17:30～18:30 スタンダード60 加藤		
19:00						18:45～20:15 アドバンス90 (会員様限定) 小坂	19:15～20:15 背中美人ヨガ 三宅
20:00				19:15～20:15 SUMO YOGA 三宅	19:15～20:15 ココロカラダリセット30 高橋		
21:00				21:00～22:10 ディープブレスヨガ 高橋	21:00～22:00 はじめての「ハーカ」 (会員様限定)高橋	21:00～22:00 腸活ヨガ 加藤	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 三宅
22:00							

【お問い合わせコールセンター】 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♪



松本店【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			定 休 日					
10:00	10:00～11:00 ココロカラダリセットヨガ 高橋	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 小坂		10:30～11:30 ダイエットヨガ 小坂	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 高橋		10:30～11:30 アロマリラクゼーションヨガ HARVAL RELAX 三宅	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 小坂
11:00								
12:00	11:45～13:15 アドバンス90 (会員様限定) 小坂	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 小坂		12:15～13:15 青盤矯正ヨガ 高橋	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 高橋		12:15～13:15 背中美人ヨガ 三宅	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 小坂
13:00								
14:00	14:00～15:00 肩コリラクゼーションヨガ 三宅	14:00～15:00 アロマリラクゼーションヨガ HARVAL RELAX 三宅		14:00～15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)高橋	14:00～15:00 肩コリラクゼーションヨガ 三宅		14:00～15:00 腸活ヨガ 加藤	14:00～15:00 SUMO YOGA 三宅
15:00								
16:00	15:45～16:45 スリムアッププレス 小坂	15:45～16:30 Nonstop Power Running 三宅						15:45～16:45 スタンダード60 加藤
17:00				17:30～18:30 アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET 三宅		17:30～18:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)高橋	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 高橋	17:30～18:30 背中美人ヨガ 三宅
18:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 小坂							
19:00				19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 小坂	19:15～20:15 アロマリラクゼーションヨガ DEEP FOREST 三宅	19:15～20:00 Nonstop Power Running 三宅	19:15～20:15 スタンダード60 加藤	
20:00								
21:00				21:00～22:00 腹筋MAX 小坂	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小坂	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 三宅	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)高橋	
22:00								

松本店【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		定 休 日						
10:00			10:30～11:30 アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET 三宅	10:00～11:30 アドバンス90 (会員様限定) 小坂		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 小坂	10:30～11:15 Nonstop Power Running 三宅	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)高橋
11:00	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 高橋							
12:00	12:15～13:15 ダイエットヨガ 高橋		12:15～13:00 Nonstop Power Running 三宅	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 小坂		12:15～13:15 スタンダード60 加藤	12:15～13:15 背中美人ヨガ 三宅	12:15～13:15 アロマリラクゼーションヨガ HARVAL RELAX 小坂
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 加藤		14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 高橋		14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小坂	14:00～15:00 ディーププレスヨガ 高橋	14:00～15:10 美姿勢 アンチエイジングヨガ 加藤	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 加藤
15:00								
16:00	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 高橋						15:45～16:45 ホットピラティス 高橋	15:45～16:45 スタンダード60 加藤
17:00			17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 高橋	17:30～18:30 アロマリラクゼーションヨガ DEEP FOREST 高橋	17:30～18:30 腹筋MAX 小坂	17:30～18:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)高橋	17:30～18:30 腸活ヨガ 加藤	
18:00								
19:00			19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 高橋	19:15～20:15 スリムアッププレス 小坂	19:15～20:15 スタンダード60 加藤	19:15～20:15 肩コリラクゼーションヨガ 三宅		
20:00								
21:00			21:00～22:00 スタンダード60 加藤	21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 高橋	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 小坂	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 三宅		
22:00								

【お問い合わせコールセンター】 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。

