

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								
10:00								
11:00	10:30～11:40 ディープレスヨガ 高橋	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中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	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 脚活ヨガ 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
13:00								
14:00	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)高橋	14:00～15:00 ダイエットヨガ 高橋	14:00～16:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 三宅		14:00～16:00 腹筋MAX 小坂	14:00～16:00 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			18:45～19:45 ホットピラティス 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 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)高橋	
20:00								
21:00	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 小坂				21:00～22:00 ココカラダリセットヨガ 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							
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	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
13:00					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
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					
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				17:30～18:00 リンパデトックスヨガ 高橋	
17:00	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	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 高橋	
18:00				19:15～20:15 SUMO YOGA 三宅	19:15～20:15 ココカラダリセットヨガ 高橋	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
19:00							
20:00							
21:00	21:00～22:10 ディープレスヨガ 高橋			21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)高橋	21:00～22:00 脚活ヨガ 加藤	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 三宅	
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。



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								
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 アロマリラックスヨガ 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/パンス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 骨盤矯正ヨガ 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 肩コリラックスヨガ 三宅	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 三宅		14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)高橋	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 三宅		14:00～15:00 脚活ヨガ 加藤	14:00～15:00 SUMO YOGA 三宅
15:00								
16:00	15:45～16:45 スリムアップブレス 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								
18:00	17:30～18:30 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 FRUITY DIET 三宅		17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (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
19:00								
20:00								
21:00				19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 小坂	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ 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	
22:00				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	

定
休
日

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								
10:00								
11:00	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 高橋	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 三宅		10:00～11:30 アド/パンス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
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 アロマリラックスヨガ 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				14:00～16:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小坂	14:00～15:10 ディープブレスヨガ 高橋	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								
18:00				17:30～18:30 セレトル美脚ヨガ 高橋	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 高橋	17:30～18:30 腹筋MAX 小坂	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)高橋	17:30～18:30 脚活ヨガ 加藤
19:00				19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 高橋	19:15～20:15 スリムアップブレス 小坂	19:15～20:15 スタンダード60 加藤	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 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 二の脚背中Edition 三宅	
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。

