

池袋店【10月1日～10月8日スケジュール】

2021年 10月 23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 骨盤矯正ヨガ 芦澤	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 大村	10:30～11:30 腹筋MAX 芦澤		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 芦澤	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 芦澤		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 芦澤
12:00				12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)鈴木	12:15～13:15 ココカラダリセットヨガ 内藤	12:15～13:15 スタンダード60 鈴木	12:15～13:15 SUMO YOGA 芦澤	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 鈴木
13:00								
14:00	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 芦澤	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 大村	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 芦澤		14:00～15:00 ダイエットヨガ 石山	14:00～15:00 スタンダード60 芦澤		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 芦澤
15:00								
16:00			15:45～16:30 Nonstop Power Running 内藤	15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木				
17:00					17:30～18:30 スタンダード60 内藤			
18:00		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 内藤	17:30～18:30 腸活ヨガ 石山		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 岸里	17:30～18:30 ココカラダリセットヨガ 内藤		
19:00		19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 鈴木			19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 石山	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)鈴木	19:15～20:15 スタンダード60 石山	
20:00								
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 内藤				21:00～21:45 Nonstop Power Running 内藤	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 内藤	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 岸里	21:00～22:00 背中美人ヨガ 内藤
22:00								

定
休
日

池袋店【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 HARVAL RELAX 芦澤	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 芦澤		10:30～11:30 青中美人ヨガ 内藤	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 内藤		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 芦澤
12:00	12:15～13:00 Nonstop Power Running 内藤	12:15～13:25 ディープブレスヨガ 鈴木		12:15～13:15 スタンダード60 鈴木	12:45～13:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 芦澤		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 芦澤
13:00					14:00～15:00 ココカラダリセットヨガ 内藤		
14:00	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 芦澤	14:15～15:15 Sound Feel Yoga 芦澤				14:00～15:00 SUMO YOGA 内藤	
15:00							
16:00	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 内藤	16:00～17:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)鈴木					19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 内藤
17:00				17:30～18:30 腹筋MAX 芦澤	17:30～18:30 スリムアップブレス 鈴木	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 鈴木	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 大村
18:00							
19:00							
20:00							
21:00				19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)鈴木	19:15～20:15 スタンダード60 芦澤	19:15～20:00 Best Drum Diet3.0 二の脚青中Edition 内藤	
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。



池袋店【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 骨盤矯正ヨガ 芦澤	10:30～11:30 腹筋MAX 芦澤		10:30～11:30 スリムアップブレス 鈴木	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 石山		10:30～11:30 ダイエットヨガ 石山	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 鈴木
12:00			12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木	12:15～13:15 スタンダード60 内藤		12:15～13:45 EXパワーヨガ (会員様限定) 鈴木	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鈴木	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 芦澤
13:00								
14:00	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 池田	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 石川		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 鈴木	14:30～15:30 ホットピラティス 石山		14:00～15:00 腸活ヨガ 池田	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木
15:00								
16:00	15:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)石山	15:45～16:45 背中美人ヨガ 内藤						15:45～16:45 スタンダード60 池田
17:00								
18:00		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鈴木		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 芦澤		17:30～18:30 背中美人ヨガ 内藤	17:30～18:30 スタンダード60 内藤	17:30～18:15 Best Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 石山
19:00								
20:00								
21:00								
22:00								

池袋店【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 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)池田		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 鈴木	10:30～11:40 ディープブレスヨガ 鈴木		10:30～11:15 Nonstop Power Running 内藤	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 芦澤	10:30～11:30 スタンダード60 芦澤
12:00		12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 内藤		12:15～13:15 スタンダード60 池田	12:30～13:30 腸活ヨガ 石山		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 芦澤	12:15～13:15 背中美人ヨガ 内藤
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 池田		14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木			14:00～15:00 免疫セラビーヨガ 内藤	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 芦澤	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 芦澤
15:00								
16:00	15:45～16:45 SUMO YOGA 内藤						15:45～16:45 スタンダード60 内藤	15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)池田
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。

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づつに制限されます。

*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。

