

金沢店【11月1日～11月8日スケジュール】

2021年 10月 15日更新

|       | 11月1日(月) | 11月2日(火)  | 11月3日(水)                                       | 11月4日(木)                                  | 11月5日(金)   | 11月6日(土)  | 11月7日(日)                               | 11月8日(月) |
|-------|----------|---|--|---|--|---|--|----------|
| 9:00  |          |   |  |   |  |   |  |          |
| 10:00 |          | 10:30～11:30<br>腸活ヨガ<br>鈴木                       | 10:30～11:30<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定)田中       |   | 10:30～11:30<br>スタンダード60<br>鈴木                          | 10:30～11:30<br>骨盤矯正ヨガ<br>柳瀬                     | 10:30～11:30<br>ダイエットヨガ<br>鈴木           |          |
| 11:00 |          |   |  |   |  |   |  |          |
| 12:00 |          | 12:15～13:15<br>はじめてのハワ-ヨガ<br>(会員様限定)鈴木          | 12:15～13:15<br>スタンダード60<br>鈴木                  |   | 12:15～13:15<br>ダイエットヨガ<br>鈴木                           | 12:15～13:15<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>鈴木 | 12:15～13:15<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>田中 |          |
| 13:00 |          |   |  |   |  |   |  |          |
| 14:00 |          | 14:00～15:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>水野 | 14:00～15:00<br>ココロカラダリセットヨガ<br>水野              |   | 14:00～14:45<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕育中Edition<br>柳瀬 | 14:00～15:00<br>リンパドックスヨガ<br>柳瀬                  | 14:00～15:00<br>スタンダード60<br>鈴木          |          |
| 15:00 |          |   |  |   |  |   |  |          |
| 16:00 |          |   | 15:45～16:45<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>鈴木 |   |  | 15:45～16:45<br>背中美人ヨガ<br>水野                     | 15:45～16:35<br>全身MAX<br>田中             |          |
| 17:00 |          |   |  |   |  |   |  |          |
| 18:00 |          | 17:30～18:30<br>スタンダード60<br>柳瀬                   | 17:30～18:30<br>Sound Feel Yoga<br>水野           | 17:30～18:30<br>腸活ヨガ<br>田中                 | 17:30～18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>水野         | 17:30～18:30<br>はじめてのハワ-ヨガ<br>(会員様限定)鈴木          |  |          |
| 19:00 |          |   |  |   |  |   |  |          |
| 20:00 |          | 19:15～20:15<br>セルトル美脚ヨガ<br>水野                   |  | 19:15～20:15<br>スタンダード60<br>柳瀬             | 19:15～20:15<br>リンパドックスヨガ<br>柳瀬                         |   |  |          |
| 21:00 |          | 21:00～22:00<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>柳瀬          |  | 21:00～22:00<br>産せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>田中 | 21:00～22:00<br>もも尻ヨガティス<br>水野                          |   |  |          |
| 22:00 |          |   |  |   |  |   |  |          |

定休日

定休日

金沢店【11月9日～11月15日スケジュール】

|       | 11月9日(火)                                       | 11月10日(水)                                      | 11月11日(木)  | 11月12日(金)                                       | 11月13日(土)                                 | 11月14日(日)  | 11月15日(月) |
|-------|--|--|--|---|---|--|-----------|
| 9:00  |  |  |  |   |   |  |           |
| 10:00 |  |  |  |   |   |  |           |
| 11:00 | 10:30～11:30<br>ゆるめてゆがみトリオ<br>田中                | 10:30～11:30<br>スタンダード60<br>鈴木                  |  | 10:30～11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>鈴木 | 10:30～11:30<br>もも尻ヨガティス<br>水野             | 10:30～11:30<br>リンパドックスヨガ<br>折戸                         |           |
| 12:00 | 12:15～13:15<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>鈴木 | 12:15～13:15<br>Sound Feel Yoga<br>水野           |  | 12:15～13:15<br>腸活ヨガ<br>鈴木                       | 12:15～13:15<br>はじめてのハワ-ヨガ<br>(会員様限定)鈴木    | 12:15～13:15<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>水野         |           |
| 13:00 |  |  |  |   |   |  |           |
| 14:00 | 14:00～15:00<br>SUMO YOGA<br>田中                 | 14:00～15:00<br>免疫セラピーヨガ<br>折戸                  |  | 14:00～14:50<br>全身MAX<br>田中                      | 14:00～15:00<br>ととのえてゆがみトリオ<br>田中          | 14:00～15:00<br>ダイエットヨガ<br>鈴木                           |           |
| 15:00 |  |  |  |   |   |  |           |
| 16:00 |  |  |  |   | 15:45～16:45<br>スタンダード60<br>水野             | 15:45～16:30<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕育中Edition<br>折戸 |           |
| 17:00 |  |  |  |   |   |  |           |
| 18:00 | 17:30～18:30<br>ホットピラティス<br>水野                  |  | 17:30～18:30<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定)田中               | 17:30～18:30<br>スタンダード60<br>柳瀬                   | 17:30～18:30<br>産せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>田中 |  |           |
| 19:00 | 19:15～20:15<br>リンパドックスヨガ<br>柳瀬                 | 19:15～20:15<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>柳瀬 | 19:15～20:00<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕育中Edition<br>柳瀬 | 19:15～20:15<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>田中          |   |  |           |
| 20:00 |  |  |  |   |   |  |           |
| 21:00 | 21:00～22:00<br>背中美人ヨガ<br>水野                    | 21:00～22:00<br>はじめてのハワ-ヨガ<br>(会員様限定)田中         | 21:00～22:00<br>骨盤矯正ヨガ<br>柳瀬                            | 21:00～22:00<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>柳瀬  |   |  |           |
| 22:00 |  |  |  |   |   |  |           |

定休日

【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1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1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。

レッスンのWEB予約はこちらからト



※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。

## 金沢店【11月16日～11月23日スケジュール】

|       | 11月16日(火)                                       | 11月17日(水)                                 | 11月18日(木)                                      | 11月19日(金)                              | 11月20日(土)                                      | 11月21日(日)                                       | 11月22日(月)   | 11月23日(火)  |
|-------|---|---|--|--|--|---|-------------|--|
| 9:00  |   |   |  |  |  |   |             |  |
| 10:00 |   |   |  |  |  |   |             |  |
| 11:00 | 10:30～11:30<br>はじめてのハワ-ヨガ<br>(会員様限定) 鈴木         | 10:30～11:30<br>スタンダード60<br>鈴木             |  | 10:30～11:30<br>背中美人ヨガ<br>田中            | 10:30～11:30<br>免疫セラピーヨガ<br>折戸                  | 10:30～11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>鈴木 |             | 10:30～11:15<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕背中Edition<br>柳瀬 |
| 12:00 | 12:15～13:15<br>腸活ヨガ<br>鈴木                       | 12:15～13:15<br>ダイエットヨガ<br>鈴木              |  | 12:15～13:15<br>肩コリラックスヨガ<br>折戸         | 12:15～13:15<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>鈴木 | 12:15～13:15<br>もも戻ヨガティス<br>水野                   |             | 12:15～13:15<br>スタンダード60<br>鈴木                          |
| 13:00 |   |   |  |  |  |   | 定<br>休<br>日 |  |
| 14:00 | 14:00～15:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>柳瀬 |   |  | 14:00～15:00<br>スタンダード60<br>鈴木          | 14:00～15:00<br>腸活ヨガ<br>水野                      | 14:00～15:00<br>はじめてのハワ-ヨガ<br>(会員様限定) 鈴木         |             | 14:00～15:00<br>ホットピラティス<br>田中                          |
| 15:00 |   |   |  |  |  |   |             |  |
| 16:00 |   |   |  |  | 15:45～16:45<br>Sound Feel Yoga<br>折戸           | 15:45～16:45<br>ココロカラダリセットヨガ<br>水野               |             | 15:45～16:45<br>ダイエットヨガ<br>鈴木                           |
| 17:00 |   |   |  |  |  |   |             |  |
| 18:00 | 17:30～18:30<br>産せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>田中       | 17:30～18:30<br>リンパデトックスヨガ<br>柳瀬           | 17:30～18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>田中 | 17:30～18:30<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>柳瀬 | 17:30～18:30<br>セルトル美脚ヨガ<br>水野                  |   |             | 17:30～18:30<br>とのえてゆがみとりヨガ<br>田中                       |
| 19:00 | 19:15～20:15<br>スタンダード60<br>柳瀬                   | 19:15～20:15<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定) 田中 | 19:15～20:15<br>骨盤矯正ヨガ<br>柳瀬                    | 19:15～20:15<br>SUMO YOGA<br>水野         |  |   |             |  |
| 20:00 |   |   |  |  |  |   |             |  |
| 21:00 | 21:00～22:00<br>ゆるめてゆがみとりヨガ<br>田中                | 21:00～22:00<br>スタンダード60<br>柳瀬             | 21:00～21:50<br>全身MAX<br>田中                     | 21:00～22:00<br>リンパデトックスヨガ<br>柳瀬        |  |   |             |  |
| 22:00 |   |   |  |  |  |   |             |  |

## 金沢店【11月24日～11月30日スケジュール】

|       | 11月24日(水)                       | 11月25日(木)                               | 11月26日(金)                                      | 11月27日(土)                                      | 11月28日(日)                                       | 11月29日(月)   | 11月30日(火)                            |
|-------|---------------------------------|---|--|--|---|-------------|--------------------------------------|
| 9:00  |                                 |   |  |  |   |             |                                      |
| 10:00 |                                 |   |  |  |   |             |                                      |
| 11:00 | 10:30～11:30<br>ホットピラティス<br>水野   |   | 10:30～11:30<br>腸活ヨガ<br>鈴木                      | 10:30～11:30<br>SUMO YOGA<br>水野                 | 10:30～11:30<br>スリムアッププレス<br>折戸                  |             | 10:30～11:30<br>スタンダード60<br>柳瀬        |
| 12:00 | 12:15～13:15<br>腸活ヨガ<br>鈴木       |   | 12:15～13:15<br>はじめてのハワ-ヨガ<br>(会員様限定) 鈴木        | 12:15～13:15<br>スタンダード60<br>鈴木                  | 12:00～13:30<br>EXパワーヨガ<br>(会員様限定)<br>田中         |             | 12:15～13:15<br>ダイエットヨガ<br>鈴木         |
| 13:00 |                                 |   |  |  |   | 定<br>休<br>日 |                                      |
| 14:00 | 14:00～15:00<br>セルトル美脚ヨガ<br>水野   |   | 14:00～15:10<br>ディーププレスヨガ<br>折戸                 | 14:00～15:00<br>産せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>田中      | 14:00～15:00<br>肩コリラックスヨガ<br>折戸                  |             | 14:00～15:00<br>リンパデトックスヨガ<br>柳瀬      |
| 15:00 |                                 |   |  |  |   |             |                                      |
| 16:00 |                                 |   |  |  | 15:45～16:45<br>アロマリラックスヨガ<br>HARVAL RELAX<br>鈴木 |             |                                      |
| 17:00 |                                 |   |  |  |   |             |                                      |
| 18:00 |                                 | 17:30～18:30<br>ココロカラダリセットヨガ<br>水野       | 17:30～18:30<br>スリムアッププレス<br>折戸                 | 17:30～18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>田中 |   |             | 17:30～18:30<br>Sound Feel Yoga<br>水野 |
| 19:00 | 19:15～20:05<br>全身MAX<br>田中      | 19:15～20:15<br>スタンダード60<br>柳瀬           | 19:15～20:15<br>もも戻ヨガティス<br>水野                  |  |   |             | 19:15～20:15<br>免疫セラピーヨガ<br>折戸        |
| 20:00 |                                 |   |  |  |   |             |                                      |
| 21:00 | 21:00～22:00<br>リンパデトックスヨガ<br>柳瀬 | 21:00～22:00<br>はじめてのハワ-ヨガ<br>(会員様限定) 水野 | 21:00～22:00<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>水野 |  |   |             | 21:00～22:00<br>スタンダード60<br>水野        |
| 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 ※受付時間以外に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▶

