

# 松本店【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								
11:00		10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 高橋	10:30～11:30 はじめてのハ'ワ'ヨガ (会員様限定)大坂			10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 高橋	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 加藤	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小坂
12:00								
13:00		12:15～13:15 ダイエットヨガ 小坂	12:15～13:15 スタンダード60 加藤			12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 高橋	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 小坂	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 三宅
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 加藤	14:00～14:50 全身MAX 大坂			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 三宅	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 小坂	14:00～15:00 背中美人ヨガ 三宅
15:00								
16:00								
17:00		17:00～18:00 リンパデトックスヨガ 小坂	17:30～18:30 スリムアップブレス 小坂		17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)高橋	17:30～18:30 腹活ヨガ 加藤	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小坂	
18:00								
19:00		18:45～20:15 アドバンス90 (会員様限定) 小坂			19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 高橋	19:15～20:05 全身MAX 小坂		
20:00								
21:00		21:00～22:00 SUMO YOGA 三宅			21:00～22:00 スタンダード60 加藤	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 小坂		
22:00								

# 松本店【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 もも尻ヨガティス 小坂	10:30～11:30 腸活ヨガ 加藤			10:00～11:00 ダイエットヨガ 小坂		
12:00					10:30～11:30 スタンダード60 加藤		10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 高橋
13:00	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小坂	12:15～13:15 背中美人ヨガ 三宅			11:45～13:15 アドバンス90 (会員様限定)高橋		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 高橋
14:00	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 三宅				14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 高橋	14:00～15:10 ディープブレスヨガ 高橋	14:00～15:00 SUMO YOGA 三宅
15:00							
16:00							
17:00							
18:00	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の脚育中Edition 三宅	17:30～18:30 青盤矯正ヨガ 高橋	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 三宅	17:30～18:30 青中美人ヨガ 三宅	17:30～18:30 スタンダード60 加藤		15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 三宅
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 加藤	19:15～20:15 ホットピラティス 小坂	19:15～20:15 スリムアップブレス 小坂	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 高橋			
20:00							
21:00	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 三宅	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 リンパデトックスヨガ 小坂	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 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。



## 松本店【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 スタンダード60 三宅	10:30～11:20 全身MAX 小坂		10:00～11:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小坂	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 高橋	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)高橋		10:30～11:30 ホットピラティス 高橋
12:00	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 高橋	12:15～13:15 スタンダード60 加藤		11:45～12:55 ディープレスヨガ 高橋	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕中Edition 三宅	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 高橋		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 三宅
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 スリムアップブレス 小坂		13:30～15:00 アドバンス90 (会員様限定) 小坂	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 三宅	14:00～15:00 スタンダード60 三宅		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 高橋
15:00								
16:00								15:45～16:45 背中美人ヨガ 三宅
17:00								
18:00	17:30～18:30 背中美人ヨガ 三宅		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 免疫セラピーヨガ 高橋			15:45～16:45 背中美人ヨガ 三宅
19:00	19:15～20:15 肩活ヨガ 加藤	19:15～20:15 ダイエットヨガ 高橋	19:15～20:15 スタンダード60 加藤	19:15～20:15 SUMO YOGA 三宅				17:30～18:30 スタンダード60 加藤
20:00								
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 三宅	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 高橋	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 小坂	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 加藤				
22:00								

定休日

## 松本店【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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 三宅		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 三宅	10:30～11:30 スリムアップブレス 小坂	10:30～11:30 肩活ヨガ 加藤		10:30～11:30 スタンダード60 加藤
12:00							
13:00	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕中Edition 三宅		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)高橋	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
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00	17:30～18:40 ディープレスヨガ 高橋		17:00～18:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小坂	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 高橋	17:30～18:20 全身MAX 小坂		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 三宅
19:00							
20:00							
21:00	21:00～22:00 アドバンス90 (会員様限定)高橋		18:45～19:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 三宅	19:15～20:15 ホットピラティス 高橋			17:30～18:30 もも尻ヨガティス 小坂
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、【キャンセル待ち期限】の設定をお願い致します。  
◆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♪

