

銀座店【1月1日～1月8日スケジュール】

2021年 1月 21日更新

	1月 1日(土)	1月 2日(日)	1月 3日(月)	1月 4日(火)	1月 5日(水)	1月 6日(木)	1月 7日(金)	1月 8日(土)			
7:00	年末年始休業	年末年始休業	定休日								
8:00											
9:00											
10:00											
11:00								10:30~11:30 Deep Forest 若島		10:30~11:30 セルトル美脚ヨガ 田上	10:30~11:30 Bamboo Healing 瀬藤
12:00								12:15~13:15 スリムアッププレス 鈴木		12:15~13:15 骨盤矯正ヨガ 石川	12:15~13:00 BEAT CORE HIT 若島
13:00											
14:00							14:00~15:00 Ocean Energy 瀬藤			14:00~15:00 スタンダード60 田上	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ 若島
15:00											
16:00							15:45~16:45 スタンダード60 瀬藤				15:45~16:45 はじめてのハワーズが (会員様限定)瀬藤
17:00											
18:00							17:30~18:30 もも尻ヨガティス 若島	17:30~18:30 スタンダード60 瀬藤	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 瀬藤	17:30~18:30 背中美人ヨガ 上塚	17:30~18:30 スタンダード60 上塚
19:00											
20:00								19:15~20:15 骨盤矯正ヨガ 鈴木	19:15~20:15 スリムアッププレス 若島	19:15~20:05 全身MAX 石川	
21:00								21:00~22:00 背中美人ヨガ 瀬藤	21:00~22:00 Ocean Energy 瀬藤	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ 上塚	
22:00											

銀座店【1月9日～1月15日スケジュール】

	1月 9日(日)	1月 10日(月)	1月 11日(火)	1月 12日(水)	1月 13日(木)	1月 14日(金)	1月 15日(土)
7:00							
8:00							
9:00							
10:00							
11:00	10:30~11:30 セルトル美脚ヨガ 田上		10:30~11:30 肩コリラックスヨガ 田上	10:30~11:30 Bamboo Healing 若島		10:30~11:30 スリムアッププレス 若島	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 若島
12:00	12:15~13:15 肩コリラックスヨガ 若島		12:15~13:00 BEAT CORE HIT 若島	12:15~13:15 スタンダード60 上塚		12:15~13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)瀬藤	12:15~13:15 ダイエットヨガ 瀬藤
13:00							
14:00	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 田上		14:00~15:00 はじめてのハワーズが (会員様限定)田上	14:00~15:10 ディーププレスヨガ 若島		14:00~15:00 Bamboo Healing 若島	14:00~15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 若島
15:00							
16:00	15:45~16:45 スリムアッププレス 若島						15:45~16:45 もも尻ヨガティス 小玉
17:00							
18:00			17:30~18:30 ホットピラティス 瀬藤		17:30~18:30 リンパデトックスヨガ 福嶋	17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ 田上	17:30~18:30 Deep Forest 瀬藤
19:00			18:45~19:45 リンパデトックスヨガ 小玉				
20:00			19:15~20:15 スタンダード60 若島		19:15~20:15 Ocean Energy 田上	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 瀬藤	
21:00			21:00~22:00 Deep Forest 瀬藤	20:30~22:00 アドバンス90 (会員様限定) 瀬藤	21:00~22:00 スタンダード60 福嶋	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ 田上	
22:00							

◆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の開始の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。

※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▶



銀座店【1月16日～1月23日スケジュール】

	1月 16日(日)	1月 17日(月)	1月 18日(火)	1月 19日(水)	1月 20日(木)	1月 21日(金)	1月 22日(土)	1月 23日(日)
7:00								
8:00								
9:00								
10:00								
10:30~11:30	パワーヨガAdvance (会員様限定)宇津木		10:30~11:30 リンパデトックスヨガ 濱崎	10:30~11:30 ダイエットヨガ 濱崎		10:30~11:30 Ocean Energy 田上	10:30~11:15 BEAT CORE HIIT 若島	10:30~11:30 肩コリラックスヨガ 田上
11:00								
12:00	12:15~13:15 スタンダード60 濱崎		12:15~13:15 スリムアッププレス 若島	12:15~13:15 スタンダード60 濱崎		12:15~13:15 もも尻ヨガティス 若島	12:15~13:15 Bamboo Healing 若島	12:15~13:45 EXパワーヨガ (会員様限定) 若島
13:00								
14:00	14:00~14:45 BEAT CORE HIIT 若島		14:00~15:10 ディーププレスヨガ 若島			14:00~15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 田上	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ 田上	14:30~15:30 背中美人ヨガ 田上
15:00								
16:00	15:45~16:45 Ocean Energy 濱崎						15:45~16:45 はじめてのハワーク (会員様限定)濱崎	16:15~17:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 若島
17:00								
18:00			17:30~18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 田上	17:30~18:30 背中美人ヨガ 田上	17:30~18:30 腸活ヨガ 濱崎	17:30~18:30 スタンダード60 濱崎	17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ 田上	
19:00								
20:00			19:15~20:15 骨盤矯正ヨガ 濱崎	19:15~20:15 Bamboo Healing 田上	19:15~20:00 BEAT CORE HIIT 若島	19:15~20:15 スリムアッププレス 若島		
21:00			21:00~22:00 はじめてのハワーク (会員様限定)田上	21:00~22:00 肩コリラックスヨガ 若島	21:00~22:00 スタンダード60 濱崎	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ 濱崎		
22:00								

定休日

銀座店【1月24日～1月31日スケジュール】

	1月 24日(月)	1月 25日(火)	1月 26日(水)	1月 27日(木)	1月 28日(金)	1月 29日(土)	1月 30日(日)	1月 31日(月)
7:00								
8:00								
9:00								
10:00								
10:30~11:30		10:30~11:30 はじめてのハワーク (会員様限定)上根	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 田上		10:30~11:30 ホットピラティス 若島	10:30~11:30 Ocean Energy 濱崎	10:30~11:30 スタンダード60 濱崎	
11:00								
12:00		12:15~13:15 ダイエットヨガ 濱崎	12:15~13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 若島		12:15~13:15 スタンダード60 田上	12:15~13:15 もも尻ヨガティス 若島	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ 田上	
13:00								
14:00		14:00~15:00 スタンダード60 田上	14:00~15:00 セルトル美脚ヨガ 田上		14:00~15:00 Deep Forest 若島	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 濱崎	14:00~15:30 アドバンス90 (会員様限定) 若島	
15:00								
16:00						16:45~16:45 リンパデトックスヨガ 濱崎	16:15~17:15 Bamboo Healing 田上	
17:00								
18:00		17:30~18:30 リンパデトックスヨガ 若島		17:30~18:30 Bamboo Healing 田上	17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ 田上	17:30~18:15 BEAT CORE HIIT 若島		
19:00								
20:00		19:15~20:15 背中美人ヨガ 濱崎	19:15~20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)若島	19:15~20:15 スタンダード60 濱崎	19:15~20:05 全身MAX 松本			
21:00		21:00~22:00 Bamboo Healing 若島	21:00~22:00 もも尻ヨガティス 小玉	21:00~22:00 背中美人ヨガ 田上	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 松本			
22:00								

定休日

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。 レッソンの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。

※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。

