

# 上里店【5月1日～5月8日スケジュール】

2022年 4月 29日更新

	5月 1日(日)	5月 2日(月)	5月 3日(火)	5月 4日(水)	5月 5日(木)	5月 6日(金)	5月 7日(土)	5月 8日(日)
9:00		定 休 日						
10:00								
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 中野		10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 永島	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 木村	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 木村	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 中野	10:30～11:40 【母の日特別企画】 Mather's Day Yoga 木村 永島	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 青木
12:00								
13:00	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 永島		12:15～13:15 スタンダード60 中野	12:15～13:15 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)永島	12:15～13:15 腸活ヨガ 永島	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 木村	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 青木	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 木村
14:00	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 中野		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 永島	14:00～15:00 ダイエットヨガ 青木	14:00～15:00 スタンダード60 中野	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 中野	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 永島	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 青木
15:00								
16:00	15:45～16:45 腸活ヨガ 永島		15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 中野	15:45～16:55 ディーププレスヨガ 永島	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 木村		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 木村	15:45～16:45 ホットピラティス 木村
17:00								
18:00			17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 木村	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 木村	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 中野	17:20～18:30 ディーププレスヨガ 永島	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 青木	
19:00								
20:00						19:15～20:15 スリムアッププレス 木村		
21:00						20:50～21:50 パワーヨガAdvance (会員様限定)永島		
22:00								

# 上里店【5月9日～5月15日スケジュール】

	5月 9日(月)	5月 10日(火)	5月 11日(水)	5月 12日(木)	5月 13日(金)	5月 14日(土)	5月 15日(日)
9:00	定 休 日						
10:00		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 青木	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定)木村		10:30～11:30 SUMO YOGA 青木	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)青木	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 永島
11:00							
12:00		12:15～13:15 背中美人ヨガ 青木			12:15～13:15 スタンダード60 中野	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 永島	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 木村
13:00			12:45～13:45 肩コリラックスヨガ 永島				
14:00		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 木村		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 青木	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 木村	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 木村	
15:00							
16:00						15:45～16:45 スタンダード60 中野	15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 永島
17:00		17:30～18:30 腸活ヨガ 永島	17:30～18:30 スタンダード60 中野	17:30～18:30 ダイエットヨガ 中野	17:30～18:30 ホットピラティス 木村	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 木村	
18:00							
19:00		19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 中野	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 青木	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 青木	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 永島		
20:00							
21:00		20:50～21:50 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)永島	20:50～21:50 セルトル美脚ヨガ 中野	20:50～21:50 ココロカラダリセットヨガ 青木	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 木村		
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♪



## 上里店【5月16日～5月23日スケジュール】

	5月 16日(月)	5月 17日(火)	5月 18日(水)	5月 19日(木)	5月 20日(金)	5月 21日(土)	5月 22日(日)	5月 23日(月)
9:00	定 休 日							定 休 日
10:00								
11:00		10:30～11:30 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)永島	10:30～11:30 スタンダード60 未定		10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 木村	10:30～11:30 スリムアッププレス 木村	10:30～11:30 スタンダード60 中野	
12:00								
13:00		12:15～13:15 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 永島	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 永島		12:15～13:15 ダイエットヨガ 中野	12:15～13:15 スタンダード60 未定	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 中野	
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 未定	14:00～15:10 ディーププレスヨガ 永島		14:00～15:00 ホットピラティス 木村	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 中野	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)永島	
15:00								
16:00						15:45～16:45 もも尻ヨガティス 木村	15:45～16:45 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 永島	
17:00								
18:00		17:30～18:30 スタンダード60 中野		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 木村	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 中野	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 中野		
19:00								
20:00		19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 木村	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 中野	19:15～20:15 背中美人ヨガ 木村	19:15～20:15 スタンダード60 未定			
21:00		20:50～21:50 ダイエットヨガ 中野	20:50～21:35 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 木村	20:50～21:50 スタンダード60 未定	20:50～21:50 美姿勢 アンチエイジングヨガ 中野			
22:00								

## 上里店【5月24日～5月31日スケジュール】

	5月 24日(火)	5月 25日(水)	5月 26日(木)	5月 27日(金)	5月 28日(土)	5月 29日(日)	5月 30日(月)	5月 31日(火)
9:00							定 休 日	
10:00								
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 未定	10:30～11:30 ダイエットヨガ 中野		10:30～11:30 腸活ヨガ 永島	10:30～11:30 スタンダード60 未定	10:30～11:30 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)永島		10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 中野
12:00								
13:00	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定)木村	12:15～13:15 スタンダード60 未定		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 木村	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 中野	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 中野		12:15～13:15 スタンダード60 未定
14:00				14:00～15:00 背中美人ヨガ 木村	14:00～15:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 永島	14:00～15:00 スタンダード60 中野		14:00～15:00 ダイエットヨガ 中野
15:00	14:30～15:30 骨盤矯正ヨガ 木村							
16:00					15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 中野	15:45～16:45 Sound Feel Yoga 永島		
17:00								
18:00	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 永島	17:30～18:30 SUMO YOGA 木村	17:30～18:30 スタンダード60 未定	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 中野	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)永島			17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 木村
19:00								
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 中野	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 木村	19:15～20:15 ホットピラティス 木村	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 中野				19:05～20:15 ディーププレスヨガ 永島
21:00	20:50～21:50 肩コリラクゼーション 永島	20:50～21:50 アロマリラクゼーション HARVAL RELAX 永島	20:50～21:50 免疫セラピーヨガ 木村	20:50～21:50 スタンダード60 未定				20:50～21:50 もも尻ヨガティス 木村
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。

