

銀座店【3月1日～3月8日スケジュール】

2022年 3月 26日更新

3月 1日(火)	3月 2日(水)	3月 3日(木)	3月 4日(金)	3月 5日(土)	3月 6日(日)	3月 7日(月)	3月 8日(火)
7:00							
8:00							
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 田上	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 渡部		10:30～11:30 Ocean Energy 田上	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 君島	10:30～11:30 青中養人ヨガ 渡部	
12:00	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の脚育中Edition 渡部	12:15～13:15 Ocean Energy 田上		12:15～13:15 ダイエットヨガ 渡部	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 渡部	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 渡部	
13:00							
14:00	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)田上	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 渡部		14:00～15:00 Sound Feel Yoga 小玉	14:00～15:00 腸活ヨガ 渡部	14:00～16:00 スタンダード60 伊東	
15:00							
16:00							
17:00							
18:00	17:30～18:30 ダイエットヨガ 渡部		17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)君島	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 君島	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 渡部		17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 上根
19:00	19:15～20:15 Bamboo Healing 君島	18:45～19:45 リンパデトックスヨガ 田上	19:15～20:15 スタンダード60 伊東	19:15～20:15 ダイエットヨガ 渡部		19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の脚育中Edition 渡部	
20:00							
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 渡部	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 君島	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 君島	21:00～22:00 Bamboo Healing 君島		21:00～22:00 スタンダード60 伊東	
22:00							

定休日

銀座店【3月9日～3月15日スケジュール】

3月 9日(水)	3月 10日(木)	3月 11日(金)	3月 12日(土)	3月 13日(日)	3月 14日(月)	3月 15日(火)
7:00						
8:00						
9:00						
10:00						
11:00	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 渡部		10:30～11:30 ホットピラティス 渡部	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 田上	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 君島	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)君島
12:00	12:15～13:15 Deep Forest 渡部		12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 渡部	12:15～13:25 ティープレスヨガ 君島	12:15～13:45 EX/パワーヨガ (会員様限定) 渡部	12:15～13:15 スタンダード60 伊東
13:00						
14:00			14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)田上	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 田上	14:30～15:30 スタンダード60 渡部	14:00～15:00 スリムアッププレス 君島
15:00						
16:00						
17:00						
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 田上	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 福嶋	17:30～18:30 スタンダード60 渡部	17:30～18:30 スリムアッププレス 君島		17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の脚育中Edition 渡部
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 上根	19:15～20:15 ダイエットヨガ 渡部	19:15～20:15 腸活ヨガ 渡部			19:15～20:15 Ocean Energy 渡部
20:00						
21:00	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 田上	21:00～22:00 スタンダード60 渡部	21:00～21:45 BEAT CORE HIT 君島			21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 渡部
22:00						

定休日

◆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。

レッスンのWEB予約はこちらから♪



銀座店【3月16日～3月23日スケジュール】

	3月 16日(水)	3月 17日(木)	3月 18日(金)	3月 19日(土)	3月 20日(日)	3月 21日(月)	3月 22日(火)	3月 23日(水)
7:00								
8:00								
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 小玉			10:30～11:30 腸活ヨガ 福島	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 君島	10:30～11:30 Ocean Energy 福島	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の脚膏中Edition 君島	10:30～11:30 膏中美人ヨガ 東部
12:00								
13:00								
14:00	14:00～15:00 腸活ヨガ 東部			14:00～15:00 ダイエットヨガ 福島	14:00～15:00 スタンダード60 君島	14:00～15:00 膏中美人ヨガ 福島	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 東部	
15:00								
16:00								
17:00								
18:00								
19:00	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)福島		19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 君島	19:15～20:15 Deep Forest 福島	17:30～18:30 スリムアッププレス 君島	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 田上	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 福島	17:30～18:30 スタンダード60 東部
20:00								
21:00	21:00～22:00 Ocean Energy 福島	21:00～22:00 もも原ヨガティス 君島	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小玉				19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小玉	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 東部
22:00								21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 福島

定
休
日

銀座店【3月24日～3月31日スケジュール】

	3月 24日(木)	3月 25日(金)	3月 26日(土)	3月 27日(日)	3月 28日(月)	3月 29日(火)	3月 30日(水)	3月 31日(木)
7:00								
8:00								
9:00								
10:00								
11:00			10:30～11:30 膏中美人ヨガ 田上	10:30～11:30 Ocean Energy 福島	10:30～11:30 スタンダード60 君島			
12:00								
13:00								
14:00			12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 福島	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 君島	12:15～13:15 ダイエットヨガ 福島			
15:00								
16:00								
17:00								
18:00	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 君島	17:30～18:30 もも原ヨガティス 君島	17:30～18:30 スタンダード60 君島		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 福島	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 君島		
19:00	19:15～20:15 Deep Forest 福島	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 東部			12:15～13:15 Ocean Energy 福島	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 君島		
20:00								
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 君島	21:00～22:10 ディープブレスヨガ 君島			14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 君島	14:30～15:30 リンパデトックスヨガ 福島		
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 ※要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。

◆毎月1回のキャンセル枠を超過する場合は、料金が増加する場合があります。

◆毎月1回のキャンセル枠を超過する場合は、料金が増加する場合があります。

◆毎月1回のキャンセル枠を超過する場合は、料金が増加する場合があります。

◆毎月1回のキャンセル枠を超過する場合は、料金が増加する場合があります。

*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。