

銀座店【5月1日～5月8日スケジュール】

2022年 5月 21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)
7:00								
8:00								
9:00			8:45~9:45 TR)Power Yoga (会員様限定)小玉		8:45~9:45 TR)Yoga Flow (会員様限定)田上			8:45~9:45 TR)Yoga Flow (会員様限定)小玉
10:00								
10:30~11:30	青中美人ヨガ 田上		10:30~11:30 Bamboo Healing 薬膳	10:30~11:30 スタンダード60 薬膳	10:30~11:30 青中美人ヨガ 鈴木	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 若島	10:30~11:30 Ocean Energy 薬膳	10:30~11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)若島
11:00								
12:00	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 田上		12:15~13:15 青中美人ヨガ 鈴木	12:15~13:15 肩こりリラックスヨガ 薬膳	12:15~13:15 スタンダード60 田上	12:15~13:15 免疫セラピーヨガ 鈴木	12:15~13:25 ディープレスヨガ 若島	12:15~13:00 Beat Drum Diet&9 二の腕痩身Edition 鈴木
13:00								
14:00	14:00~15:00 Bamboo Healing 若島		14:00~15:00 肩こりリラックスヨガ 若島	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小玉	14:00~15:00 Ocean Energy 薬膳	14:00~15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)若島	14:00~15:10 【母の日特別企画】 Mother's Day Yoga 鈴木	14:00~15:00 Deep Forest 若島
15:00								
16:00	16:45~16:45 ホットピラティス 若島		15:45~16:45 スタンダード60 鈴木	15:45~16:30 BEAT CORE HIT 小玉	15:45~16:45 リンパデトックスヨガ 鈴木		15:45~16:45 ダイエットヨガ 薬膳	15:45~16:45 リンパデトックスヨガ 鈴木
17:00	17:00~18:00 TR)Yoga Flow (会員様限定)田上							
18:00			17:30~18:30 もも尻ヨガティス 若島	17:30~18:30 Deep Forest 若島	17:30~18:30 ダイエットヨガ 薬膳	17:30~18:30 SUMO YOGA 田上	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ 鈴木	
19:00				18:45~19:45 TR)Yoga Flow (会員様限定)若島			18:45~19:45 TR)Power Yoga (会員様限定)若島	
20:00						19:15~20:15 後生も身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木		
21:00						21:00~22:00 音楽時 アンチエイジングヨガ 田上		
22:00								

定休日

銀座店【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)
7:00							
8:00							
9:00						8:45~9:45 TR)Yoga Flow (会員様限定)上塚	
10:00							
10:30~11:30	アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 若島	10:30~11:30 ダイエットヨガ 薬膳	10:30~11:30 ダイエットヨガ 薬膳		10:30~11:30 Ocean Energy 薬膳	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ 鈴木	10:30~11:30 スタンダード60 田上
11:00							
12:00		12:15~13:45 アドバンス90 (会員様限定) 田上	12:15~13:15 スタンダード60 若島		12:15~13:15 SUMO YOGA 鈴木	12:15~13:15 スリムアッププレス 若島	12:15~13:15 Bamboo Healing 薬膳
13:00							
14:00		14:30~15:30 リンパデトックスヨガ 若島			14:00~15:00 腸活ヨガ 薬膳	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 上塚	14:00~15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)田上
15:00							
16:00						15:45~16:45 Bamboo Healing 若島	15:45~16:45 青中美人ヨガ 鈴木
17:00							17:00~18:00 TR)Power Yoga (会員様限定)若島
17:30~18:30	Ocean Energy 薬膳	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 鈴木	17:30~18:15 BEAT CORE HIT 鈴木	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ 田上	17:30~18:30 免疫セラピーヨガ 鈴木		
18:00							
19:00		19:15~20:15 肩こりリラックスヨガ 田上	19:15~20:15 もも尻ヨガティス 若島	19:15~20:15 腸活ヨガ 薬膳	19:15~20:15 スタンダード60 鈴木		
20:00							
21:00	21:00~22:00 スタンダード60 薬膳	21:00~22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)鈴木	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 鈴木	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 鈴木	21:00~22:00 Bamboo Healing 田上		
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。

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。



銀座店【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)
7:00								
8:00								
9:00							8:45～9:45 TR)Power Yoga (会員様限定)送付	
10:00								
11:00	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 鈴木	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 鈴木			10:30～11:30 スタンダード60 三枝	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 三枝	10:30～11:30 肩活ヨガ 三枝	
12:00	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 三枝	12:15～13:15 Ocean Energy 瀧藤			12:15～13:15 もも尻ヨガアイス 若島	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 瀧藤	12:15～13:15 スタンダード60 瀧藤	
13:00								
14:00	14:00～16:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鈴木	14:00～15:00 はじめてのハーフヨガ (会員様限定)鈴木			14:00～15:00 鍛える身体をつくる ダイエットヨガ 三枝	14:00～15:00 Deep Forest 若島	14:00～15:30 EX)パワーヨガ (会員様限定)送付	
15:00								
16:00						16:45～18:45 骨盤矯正ヨガ 三枝		
17:00							16:15～17:15 Bamboo Healing 瀧藤	
18:00	17:30～18:30 Deep Forest 若島			17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)瀧藤	17:30～18:30 肩活ヨガ 瀧藤	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 鈴木		
19:00						18:45～19:45 TR)Yoga Flow (会員様限定)瀧藤		
20:00	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の鷹青中Edition 三枝	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 若島	19:15～20:15 スリムアッププレス 若島	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 若島				
21:00	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 若島	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 三枝	21:00～22:00 Ocean Energy 瀧藤	21:00～22:00 背中美人ヨガ 瀧藤				
22:00								

定休日

定休日

銀座店【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)
7:00								
8:00								
9:00					8:45～9:45 TR)Power Yoga (会員様限定)若島			
10:00	10:30～11:30 Deep Forest 若島	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 若島		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 三枝	10:30～11:30 スタンダード60 三枝	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 三枝		10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)瀧藤
11:00								
12:00	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 鈴木	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の鷹青中Edition 鈴木		12:15～13:15 Bamboo Healing 若島	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定)若島	12:15～13:15 背中美人ヨガ 鈴木		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 三枝
13:00								
14:00	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 若島			14:00～15:10 ディーププレスヨガ 三枝	14:30～15:30 骨盤矯正ヨガ 三枝	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 三枝		14:00～15:00 Ocean Energy 瀧藤
15:00								
16:00						15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 鈴木		
17:00	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 三枝	17:30～18:30 スタンダード60 三枝	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 瀧藤	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 瀧藤		17:00～18:00 TR)Yoga Flow (会員様限定)瀧藤		17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 鈴木
18:00					18:00～19:00 Deep Forest 瀧藤			
19:00	19:15～20:15 はじめてのハーフヨガ (会員様限定)鈴木	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 若島	19:15～20:15 Deep Forest 若島	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 鈴木				19:15～20:15 スタンダード60 若島
20:00								
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 三枝	21:00～22:00 SUMO YOGA 三枝	21:00～22:00 ダイエットヨガ 瀧藤	21:00～22:00 スタンダード60 瀧藤				21:00～22:00 鍛える身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木
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▶

