

## 上里店【6月1日～6月8日スケジュール】

2023年 5月 30日更新

	6月 1日(木)	6月 2日(金)	6月 3日(土)	6月 4日(日)	6月 5日(月)	6月 6日(火)	6月 7日(水)	6月 8日(木)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 筒井	10:30～11:30 スリムアッププレス 萬井			10:30～11:30 スタンダード60 瀧本	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 木村	
12:00								
13:00		12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)木村	12:15～13:15 脚トレ ピューティーヨガ 木村			12:15～13:15 Sound Feel Yoga 木村	12:15～13:15 スタンダード60 瀧本	
14:00		14:00～15:00 腸活ヨガ 筒井	14:00～16:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 筒井			14:00～16:00 リンパデトックスヨガ 木村	14:00～15:30 アドバンス90 (会員様限定) 木村	
15:00								
16:00								
17:00								
18:00		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 筒井	17:30～18:30 青中熟人ヨガ 木村	17:30～18:30 ポールでゆがみとりヨガ 筒井		17:30～19:30 ホットピラティス 永島	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 筒井	
19:00		19:15～20:15 スタンダード60 瀧本	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 木村			19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)木村	19:15～20:15 スタンダード60 瀧本	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 永島
20:00								
21:00		20:50～21:50 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 筒井	20:50～21:50 スタンダード60 瀧本			20:50～21:50 全身とのう 寝たまんまヨガ 永島	20:50～21:50 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 永島	20:50～21:50 免疫セラピー・ヨガ 筒井
22:00								

臨時休業

## 上里店【6月9日～6月15日スケジュール】

	6月 9日(金)	6月 10日(土)	6月 11日(日)	6月 12日(月)	6月 13日(火)	6月 14日(水)	6月 15日(木)
9:00							
10:00							
11:00		10:30～11:30 全身とのう 寝たまんまヨガ 永島	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 永島	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 永島	10:45～11:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 筒井	10:30～11:30 免疫セラピー・ヨガ 筒井	
12:00		12:15～13:15 ポールでゆがみとりヨガ 筒井	12:15～13:00 BEAT CORE HIT 筒井	12:15～13:15 スタンダード60 瀧本	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 永島	12:15～13:45 EXパワーヨガ (会員様限定) 永島	
13:00							
14:00		14:00～15:00 フェイスアップヨガ 永島	14:00～15:00 スタンダード60 瀧本	14:00～15:10 ディーププレスヨガ 永島	14:00～15:00 スリムアッププレス 筒井		
15:00							
16:00							
17:00							
18:00		17:30～18:30 スタンダード60 瀧本	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 筒井	15:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)永島	15:45～16:45 スタンダード60 瀧本	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 木村	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 筒井
19:00							
20:00		19:15～20:00 Best Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 筒井				19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 永島	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村
21:00		20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 筒井				20:50～21:50 もも尻ヨガティス 木村	20:50～21:50 脚トレ ピューティーヨガ 木村
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。

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。



## 上里店【6月16日～6月23日スケジュール】

	6月 16日(金)	6月 17日(土)	6月 18日(日)	6月 19日(月)	6月 20日(火)	6月 21日(水)	6月 22日(木)	6月 23日(金)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 木村	10:30～11:30 ポールでゆがみとりヨガ 筒井	10:30～11:30 はじめてのハーヨガ (会員様限定)木村		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ 木村	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村		10:30～11:30 廊下ヨガ 筒井
12:00						12:15～13:25 ディーププレスヨガ 永島	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 木村	12:15～13:15 腰活ヨガ 筒井
13:00								
14:00	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 永島	14:00～15:00 パワーYoga Advance (会員様限定)永島	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 木村		14:00～15:00 廊下ヨガ 木村	14:00～15:00 スタンダード60 筒井		14:00～15:00 SUMO YOGA 木村
15:00								
16:00		15:45～16:45 フェイスアップヨガ 木村	15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ 永島					
17:00	17:00～18:00 スタンダード60 筒井	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 永島			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 筒井	17:30～18:30 スタンダード60 筒井		17:30～18:30 パワーYoga Advance (会員様限定)永島
18:00								
19:00	18:45～20:15 アドバンス90 (会員様限定) 木村				19:15～20:15 ポールでゆがみとりヨガ 筒井	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 筒井	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 筒井	19:15～20:15 スタンダード60 筒井
20:00						20:50～21:50 スタンダード60 筒井	20:50～21:50 ホットピラティス 永島	20:50～21:50 スリムアッププレス 筒井
21:00	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 木村							20:50～21:50 肩コリラックスヨガ 永島
22:00								

定  
休  
日

## 上里店【6月24日～6月30日スケジュール】

	6月 24日(土)	6月 25日(日)	6月 26日(月)	6月 27日(火)	6月 28日(水)	6月 29日(木)	6月 30日(金)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 木村	10:30～11:30 スタンダード60 筒井		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 筒井	10:30～11:30 疲れる身体をつくる ダイエットヨガ 筒井		10:30～11:30 腰活ヨガ 筒井
12:00						12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 永島	12:15～13:15 スリムアッププレス 筒井
13:00	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 永島	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 筒井					
14:00	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 木村	14:00～15:00 スタンダード60 筒井		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 筒井		14:00～15:00 スタンダード60 筒井	
15:00							
16:00	15:45～16:45 スタンダード60 筒井	15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 筒井					
17:00					17:00～18:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 永島	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 木村	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 木村
18:00	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 木村						17:30～18:30 廊下ヨガ 木村
19:00					19:15～20:15 青中美人ヨガ 木村	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 木村	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 永島
20:00					20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 木村	20:50～21:50 スタンダード60 筒井	20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 木村
21:00							20:50～21:50 はじめてのハーヨガ (会員様限定)木村
22:00							

定  
休  
日