

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				臨時休業	定休日			
10:00								
11:00		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 簡井	10:30～11:30 スリムアッププレス 簡井			10:30～11:30 スタンダード60 瀬本	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 木村	
12:00								
13:00		12:15～13:15 はじめてのハ「ワ」ヨガ (会員様限定)木村	12:15～13:15 腫トレ ビューティーヨガ 木村			12:15～13:15 Sound Feel Yoga 木村	12:15～13:15 スタンダード60 瀬本	
14:00		14:00～15:00 腸活ヨガ 簡井	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 簡井			14:00～15:00 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			15:45～16:45 SUMO YOGA 木村					
17:00								
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 簡井	17:30～18:30 背中美人ヨガ 木村	17:30～18:30 ボールでゆがみトリコ 簡井			17:30～18:30 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 簡井
19:00								
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 瀬本	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 木村				19:15～20:15 はじめてのハ「ワ」ヨガ (会員様限定)木村	19:15～20:15 スタンダード60 瀬本	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 永島
21:00	20:50～21:50 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 簡井	20:50～21:50 スタンダード60 瀬本				20:50～21:50 全身ととのう 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 簡井
22:00								

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				定休日			
10:00							
11:00	10:30～11:30 全身ととのう 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 簡井	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 簡井	
12:00	12:15～13:15 ボールでゆがみトリコ 簡井	12:15～13:00 BEAT CORE HIT 簡井	12:15～13:15 スタンダード60 瀬本		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 永島	12:15～13:45 EX「ハ」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 瀬本	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 簡井		
15:00							
16:00		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 瀬本				
17:00							
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 瀬本	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 簡井			17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 木村	17:30～18:30 スタンダード60 瀬本	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 簡井
19:00	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 簡井				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	19:15～20:15 腸活ヨガ 簡井
20:00							
21:00	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 簡井				20:50～21:50 もも尻ヨガティス 木村	20:50～21:50 腫トレ ビューティーヨガ 木村	20:50～21:50 スタンダード60 瀬本
22:00							

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-989 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【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				定 休 日				
10:00								
11:00	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 永島	10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 筒井	10:30～11:30 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)木村		10:30～11:30 背中美人ヨガ 木村	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村		10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 木村
12:00								
13:00	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 筒井	12:15～13:15 スタンダード60 瀬本	12:15～13:15 ホットピラティス 永島		12:15～13:25 ディープブレスヨガ 永島	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 木村		12:15～13:15 腸活ヨガ 筒井
14:00	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 永島	14:00～15:00 パワーヨガ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 腫トレ ビューティーヨガ 木村	14:00～15:00 スタンダード60 瀬本		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 瀬本	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 瀬本	17:30～18:30 パワーヨガ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 ボールでゆがみとりヨガ 筒井	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中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 瀬本
20:00								
21:00	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 瀬本	20:50～21:50 ホットピラティス 永島	20:50～21:50 スリムアップブレス 筒井	20:50～21:50 肩コリラックスヨガ 永島
22:00								

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			定 休 日				
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 瀬本		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 筒井	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 筒井		10:30～11:30 腸活ヨガ 筒井
12:00							
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		12:15～13:15 スタンダード60 瀬本	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 永島		12:15～13:15 スリムアップブレス 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 瀬本		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 筒井			14:00～15:00 スタンダード60 瀬本
15:00							
16:00	15:45～16:45 スタンダード60 瀬本	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	17:30～18:30 腫トレ ビューティーヨガ 木村
18:00	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 永島						
19:00				19:15～20:15 背中美人ヨガ 木村	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 木村	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 筒井	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 永島
20:00							
21:00				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 瀬本	20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 木村	20:50～21:50 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)木村
22:00							