

池袋店【6月1日～6月8日スケジュール】

2023年 5月 15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 ダイエットヨガ 青木	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 川西			10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 坂野	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 萩原	
12:00			12:15～13:15 スタンダード60 萩原			12:15～13:45 EXパワーヨガ (会員様限定) 岩谷	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 石川
13:00				12:45～13:45 ポールでゆがみとりヨガ 内藤			
14:00		14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 青木	14:30～15:15 BEAT CORE HIIT 石川			14:30～15:30 スタンダード60 萩原	
15:00							
16:00			16:00～17:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 川西				
17:00							
18:00	17:30～18:30 ホットピラティス 青木	17:30～18:30 腸活ヨガ 石川	17:45～18:45 美ボディフロー ピラティス 石川		17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 石川	17:30～18:30 はじめてのハーヨガ (会員様限定)内藤	17:30～18:30 青中美人ヨガ 青木
19:00							
20:00	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 内藤	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 萩原			19:15～20:15 脚トレ ピューティヨガ 石川	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 石川	19:15～20:15 スタンダード60 萩原
21:00	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)青木	21:00～22:00 スリムアッププレス 石川			21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 内藤	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 内藤	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 萩原
22:00							

池袋店【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	10:30～11:40 ディープレスヨガ 青木	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 内藤	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)青木	10:30～11:30 エアロビヨガ 石川	10:30～11:30 ポールでゆがみとりヨガ 内藤	
12:00						
13:00	12:30～13:30 肩コリラックスヨガ 内藤	12:15～13:15 SUMO YOGA 青木	12:15～13:15 スタンダード60 萩原	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 内藤	12:15～13:15 ホットピラティス 青木	
14:00						
15:00						
16:00		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 内藤	14:00～15:00 腸活ヨガ 青木	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 内藤	14:00～15:00 スタンダード60 内藤	
17:00						
18:00	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 石川	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 石川	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 青木	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 石川		
19:00						
20:00	19:15～20:15 ポールでゆがみとりヨガ 内藤			19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 萩原	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 萩原	19:15～20:15 スタンダード60 内藤
21:00	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 石川			21:00～22:10 ディープレスヨガ 青木	21:00～22:00 エアロビヨガ 石川	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 萩原
22:00						

【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。



池袋店【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 フェイスアップヨガ 青木	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 青木	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 青木		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 青木	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 石川		10:30～11:30 施トレ ピューティーヨガ 石川
12:00	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 萩原	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 石山	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 石川		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 石川	12:15～13:15 パワーヨガ Advance (会員様限定)青木		12:15～13:15 スタンダード60 萩原
13:00								
14:00	14:00～15:00 ホットピラティス 青木	14:00～15:00 スタンダード60 萩原	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 青木		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 青木			14:00～15:00 スリムアッププレス 石川
15:00								
16:00		15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 石山	15:45～16:45 もも尻ヨガティス 石川					
17:00								
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 萩原	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 萩原			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 萩原	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 今野	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 萩原	
19:00	19:15～20:15 エアロピヨガ 石川				19:15～20:15 はじめてのハ'7'か (会員様限定)石川	19:15～20:15 肩活ヨガ 青木	19:15～20:15 全員ととのう 寝たまんまヨガ 石川	19:15～20:15 青中美人ヨガ 青木
20:00								
21:00	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 石川				21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 萩原	21:00～22:00 スタンダード60 萩原	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 今野	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 青木
22:00								

定
休
日

池袋店【6月1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 免疫セラピーヨガ 萩原	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 萩原		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 萩原	10:30～11:30 背中美人ヨガ 青木		10:30～11:30 施トレ ピューティーヨガ 青木
12:00	12:15～13:15 ホットピラティス 青木	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 石川		12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 萩原	12:15～13:15 全員ととのう 寝たまんまヨガ 石川		12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 青木
13:00					14:00～15:00 SUMO YOGA 青木	14:00～15:00 脚活ヨガ 青木	14:00～15:00 ダイエットヨガ 青木
14:00	14:00～15:00 スリムアッププレス 石川	14:00～15:00 スタンダード60 萩原					
15:00							
16:00	15:45～16:45 フェイスアップヨガ 青木	15:45～16:45 エアロピヨガ 石川					
17:00							
18:00	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 石川			17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 石川	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 萩原	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 萩原	
19:00							
20:00					19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 石川	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 石川	19:15～20:15 パワーヨガ Advance (会員様限定)青木
21:00					21:00～22:00 Sound Feel Yoga 石川	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 萩原	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 萩原
22:00							

定
休
日