

## 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	12:45～13:45 ボールでゆがみとりヨガ 内藤			12:15～13:45 EXパワーヨガ (会員様限定) 岩村	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 石川	
13:00								
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								
17:30	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 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)内藤	17:30～18:30 背中美人ヨガ 青木
18:00								
19:00	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 内藤	19:15～20:15 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX 萩原				19:15～20:15 腫トレ ビューティーヨガ 石川	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 石川	19:15～20:15 スタンダード60 萩原
20:00								
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 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 内藤	21:00～22:00 肩コリラクセスヨガ 内藤	21:00～22:00 アロマリラクセスヨガ 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 ボールでゆがみとりヨガ 内藤	
12:00							
12:30	12:30～13:30 肩コリラクセスヨガ 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	
13:00							
14:00	14:15～15:15 ダイエットヨガ 青木	14:00～15:00 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX 内藤	14:00～15:00 腸活ヨガ 青木		14:00～15:00 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 内藤	14:00～15:00 スタンダード60 内藤	
15:00							
16:00		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 青木	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 萩原				
17:00							
17:30	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
18:00							
19:00	19:15～20:15 ボ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
20:00							
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 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 萩原
22:00							

【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。

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。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				定 休 日				
10:00								
10:30～11:30	フェイスアップヨガ 青木	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 腫トレ ビューティーヨガ 石川
11:00								
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 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 エアロビヨガ 石川				19:15～20:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)石川	19:15～20:15 腸活ヨガ 青木	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 石川	19:15～20:15 背中美人ヨガ 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								

## 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			定 休 日				
10:00							
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 腫トレ ビューティーヨガ 関根
11:00							
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 全身ととのう 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	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		14:00～15:00 SUMO YOGA 青木	14:00～15:00 腸活ヨガ 青木		14:00～15:00 ダイエットヨガ 関根
15:00							
16:00	15:45～16:45 フェイスアップヨガ 青木	15:45～16:45 エアロビヨガ 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				19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 青木	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 スタンダード60 萩原	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 萩原
22:00							