

池袋店【7月1日～7月8日スケジュール】

2023年 6月 16日更新

	7月 1日(土)	7月 2日(日)	7月 3日(月)	7月 4日(火)	7月 5日(水)	7月 6日(木)	7月 7日(金)	7月 8日(土)
9:00			定 休 日					
10:00								
11:00	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		10:30～11:30 青中美人ヨガ 青木	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 萩原		10:30～11:30 セルトル奥脚ヨガ 萩原	10:30～11:30 肩コリリラックスヨガ 永島
12:00								
13:00								
14:00	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 永島	14:00～15:00 ホットピラティス 青木		14:00～15:10 ディーププレスヨガ 青木	14:00～15:00 セルトル奥脚ヨガ 萩原		14:00～15:00 スタンダード60 萩原	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 永島
15:00								
16:00	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 青木	15:45～16:45 セルトル奥脚ヨガ 萩原						15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 青木
17:00								
18:00	17:30～18:30 ポールでゆがみとりヨガ 永島		17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 石川			17:30～18:30 スタンダード60 萩原	17:30～18:30 腫トレ ビューティーヨガ 石川	
19:00				19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 石山	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 石山	19:15～20:15 青中美人ヨガ 青木	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 青木	
20:00								
21:00				21:00～22:00 腸活ヨガ 石山	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 石川	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 萩原	21:00～22:00 はじめてのハーフヨガ (会員様限定) 青木	
22:00								

池袋店【7月 9日～7月 15日スケジュール】

	7月 9日(日)	7月 10日(月)	7月 11日(火)	7月 12日(水)	7月 13日(木)	7月 14日(金)	7月 15日(土)
9:00		定 休 日					
10:00							
11:00	10:30～11:40 ディーププレスヨガ 青木		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 石川	10:30～11:30 青中美人ヨガ 青木		10:30～11:30 スタンダード60 萩原	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 萩原
12:00						12:05～12:15 アサナ解禁【マリチアーサナ】	
13:00	12:30～13:30 セルトル奥脚ヨガ 萩原		12:15～13:15 スタンダード60 萩原	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 萩原		12:15～13:15 セルトル奥脚ヨガ 萩原	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 石川
14:00	14:15～15:15 骨盤矯正ヨガ 青木			14:00～15:00 スリムアッププレス 石川		14:00～15:00 ポールでゆがみとりヨガ 青木	14:00～15:30 アドバンス90 (会員様限定) 木村
15:00							
16:00	16:00～17:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 萩原						16:00～17:00 腫トレ ビューティーヨガ 石川
17:00		17:00～18:00 肩コリリラックスヨガ 青木		17:30～18:30 エアロピヨガ 石川	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 石川	16:50～17:00 アサナ解禁【バリアーサナ】	
18:00							17:45～18:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村
19:00			18:45～20:15 EXパワーヨガ (会員様限定) 石山	19:15～20:15 スタンダード60 萩原	19:15～20:15 カンファーマイエット 石川	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 石川	
20:00							
21:00			21:00～22:00 ホットピラティス 青木	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 石川	20:50～21:00 アサナ解禁【ダウンドック】	21:00～22:00 セルトル奥脚ヨガ 萩原	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 石川
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。

◆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。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▶



