

# 都城店【10月1日～10月8日スケジュール】

2023年 9月 15日更新

	10月 1日(日)	10月 2日(月)	10月 3日(火)	10月 4日(水)	10月 5日(木)	10月 6日(金)	10月 7日(土)	10月 8日(日)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 下西		10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 竹之下	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 馬道		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 下西	10:30～11:30 カンフーダイエット 馬道	10:30～11:30 背中美人ヨガ 馬道
12:00								
13:00	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 児玉		12:15～13:15 ダイエットヨガ 下西	12:15～13:15 腸活ヨガ 下西		12:15～13:15 もも尻ヨガティス 児玉	12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 馬道	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 竹之下
14:00	14:00～15:00 美ポディフロー ピラティス 児玉		14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 竹之下	14:00～15:00 スタンダード60 下西		14:00～15:00 ダイエットヨガ 下西	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 児玉	14:00～15:00 エアロビヨガ 竹之下
15:00								
16:00	15:45～16:45 ダイエットヨガ 下西						15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 児玉	15:45～16:45 免疫セラピーヨガ 馬道
17:00								
18:00			17:30～18:30 スタンダード60 下西		17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 月原	17:30～18:30 ホットピラティス 児玉	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 馬道	
19:00								
20:00			19:15～20:00 ボールでゆがみとりヨガ 馬道	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 児玉	19:15～20:15 Best Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 児玉	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 馬道		
21:00			21:00～22:00 カンフーダイエット 馬道	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 馬道	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 月原	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 馬道		
22:00								

# 都城店【10月9日～10月15日スケジュール】

	10月 9日(月)	10月 10日(火)	10月 11日(水)	10月 12日(木)	10月 13日(金)	10月 14日(土)	10月 15日(日)
9:00							
10:00							
11:00		10:30～11:30 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)竹之下	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 馬道		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 児玉	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 竹之下	10:30～11:30 スリムアッププレス 竹之下
12:00							
13:00		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 児玉	12:15～13:15 スタンダード60 下西		12:15～13:15 美ポディフロー ピラティス 児玉	12:15～13:00 Best Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 児玉	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 竹之下
14:00		14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 竹之下			14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 下西	14:00～15:10 ディーププレスヨガ 竹之下	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 馬道
15:00							
16:00						15:45～16:45 腸活ヨガ 下西	15:45～16:45 カンフーダイエット 馬道
17:00							
18:00		17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 児玉	17:30～18:30 エアロビヨガ 竹之下	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 児玉	17:30～18:30 腫トレ ビューティーヨガ 竹之下	17:30～18:30 ダイエットヨガ 下西	
19:00							
20:00		19:15～20:15 スタンダード60 下西	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 馬道	19:15～20:15 カンフーダイエット 馬道	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)竹之下		
21:00		21:00～22:00 腸活ヨガ 下西	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 竹之下	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 児玉	21:00～22:00 ダイエットヨガ 下西		
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。

レッスンのWEB予約はこちらから♪



都城店【10月16日～10月23日スケジュール】

	10月 16日(月)	10月 17日(火)	10月 18日(水)	10月 19日(木)	10月 20日(金)	10月 21日(土)	10月 22日(日)	10月 23日(月)
9:00	定 休 日							定 休 日
10:00								
11:00		10:30～11:30 属活ヨガ 下西	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 児玉		10:30～11:30 エアロピヨガ 竹之下	10:30～11:30 ダイエットヨガ 下西	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 馬道	
12:00								
13:00		12:15～13:15 SUMO YOGA 竹之下	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 児玉		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 竹之下	12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 馬道	12:15～13:15 はじめてのハワーヨガ (全員様限定)竹之下	
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 下西			14:00～15:00 セルトル装飾ヨガ 馬道	14:00～15:00 カンフーダイエット 馬道	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 竹之下	
15:00								
16:00						15:45～16:45 スタンダード60 下西	15:45～16:45 背中美人ヨガ 馬道	
17:00								
18:00		17:30～18:30 カンフーダイエット 馬道	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 馬道	17:30～18:30 ホットピラティス 児玉	17:30～18:30 スタンダード60 下西	17:30～18:30 属活ヨガ 下西		
19:00								
20:00		19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 竹之下	19:15～20:15 ダイエットヨガ 下西	19:15～20:15 腫トレ ビューティーヨガ 竹之下	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 下西			
21:00		21:00～22:00 背中美人ヨガ 馬道	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 馬道	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 児玉	21:00～22:00 ボールでゆがみとりヨガ 馬道			
22:00								

都城店【10月24日～10月31日スケジュール】

	10月 24日(火)	10月 25日(水)	10月 26日(木)	10月 27日(金)	10月 28日(土)	10月 29日(日)	10月 30日(月)	10月 31日(火)
9:00	定 休 日	定 休 日					定 休 日	
10:00				10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 児玉	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 竹之下	10:30～11:30 セルトル装飾ヨガ 児玉		10:30～11:30 ホットピラティス 児玉
11:00								
12:00				12:15～13:15 背中美人ヨガ 馬道	12:15～13:15 カンフーダイエット 馬道	12:15～13:25 ディーププレスヨガ 竹之下		12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 馬道
13:00								
14:00				14:00～15:00 美術ディフロー ピラティス 児玉	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 馬道	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 児玉		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 児玉
15:00								
16:00					15:45～16:45 スリムアッププレス 竹之下	15:45～16:45 パワーヨガAdvance (全員様限定)竹之下		
17:00								
18:00			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 児玉	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 下西	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 竹之下			17:30～18:30 はじめてのハワーヨガ (全員様限定)竹之下
19:00								
20:00			19:15～20:15 もも尻ヨガティス 児玉	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 馬道				19:15～20:15 カンフーダイエット 馬道
21:00			21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 竹之下	21:00～22:00 ダイエットヨガ 下西				21:00～22:00 属活ヨガ 下西
22:00								