

長野店【6月1日～6月7日スケジュール】

2023年 6月 2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)
9:00						
10:00						
11:00	10:30～11:30 腸活ヨガ 大坂	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 大坂			10:30～11:30 スタンダード60 宮田	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 杉田
12:00			12:15～13:15 スリムアッププレス 大坂	12:15～13:15 スタンダード60 宮田		
13:00						
14:00	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 杉田	14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 杉田			14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 大坂	14:30～15:30 スタンダード60 宮田
15:00						
16:00			15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 大坂			
17:00						
18:00	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 杉田	17:30～18:30 エアロピヨガ 島山	17:30～18:30 もも房ヨガティス 杉田		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 島山	
19:00	19:15～20:15 ダイエットヨガ 島山	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 島山			19:15～20:15 スタンダード60 宮田	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 島山
20:00						
21:00	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 杉田	21:00～22:00 スタンダード60 宮田			21:00～22:00 ダイエットヨガ 島山	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 杉田
22:00						

定
休
日

長野店【6月8日～6月15日スケジュール】

6月 8日(木)	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	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)大坂	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 大坂	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕集中Edition 杉田		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 島山	10:30～11:40 ディーププレスヨガ 大坂	
12:00							
13:00		12:15～13:15 スタンダード60 宮田	12:15～13:15 エアロピヨガ 島山	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 島山		12:15～13:15 スタンダード60 宮田	12:25～13:25 全身ととのう 寝たまんまヨガ 杉田
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 杉田	17:30～18:30 鍛える身体をつくる ダイエットヨガ 杉田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 島山		14:00～16:00 ダイエットヨガ 島山		
19:00	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 島山	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 杉田					
20:00							
21:00	21:00～22:00 背中美人ヨガ 杉田	21:00～22:00 嘘トレ ピューティヨガ 大坂			19:15～20:15 Sound Feel Yoga 大坂	19:15～20:15 スタンダード60 宮田	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 杉田
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。



長野店【6月16日～6月22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)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 エアロビヨガ 島山	10:30～11:30 青中黄人ヨガ 杉田	10:30～11:30 スタンダード60 宮田		10:30～11:30 肩トレ ピューティーヨガ 大坂	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 大坂	
12:00					12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 大坂	12:15～13:15 スタンダード60 宮田	
13:00							
14:00	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 島山	14:00～15:00 スタンダード60 宮田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 杉田		14:00～15:00 スタンダード60 宮田	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 大坂	
15:00							
16:00			15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ 杉田		15:45～16:45 ココロカラダリセットヨガ 茂手木		
17:00							
18:00		17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 杉田	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 牛山		17:30～18:30 青盤矯正ヨガ 杉田	17:30～18:30 エアロビヨガ 島山	
19:00		19:15～20:15 スタンダード60 宮田			19:15～20:15 はじめてのパワーコガ (会員様限定)大坂	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 島山	
20:00						20:30～22:00 アド/インス90 (会員様限定) 杉田	21:00～22:00 スタンダード60 宮田
21:00	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 杉田				21:00～22:00 全員ととのう 寝たまんまヨガ 杉田		
22:00							

定
休
日

長野店【6月23日～6月30日スケジュール】

	6月 23日(金)	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 もん尻ヨガティス 杉田	10:30～11:30 はじめてのパワーコガ (会員様限定)大坂	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 杉田		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 杉田	10:30～11:30 全員ととのう 寝たまんまヨガ 杉田		10:30～11:30 スタンダード60 宮田
12:00								
13:00		12:15～13:15 腸活ヨガ 大坂	12:15～13:15 ホットピラティス 杉田	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 杉田		12:15～13:15 スタンダード60 島山	12:15～13:45 EXパワーコガ (会員様限定) 大坂	12:15～13:15 ダイエットヨガ 島山
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 大坂	14:00～15:00 肩トレ ピューティーヨガ 大坂	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)大坂		14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 島山			14:00～15:00 ポールでゆがみとヨガ 島山
15:00								
16:00			15:45～16:45 エアロビヨガ 島山		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 島山			
17:00								
18:00		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 島山	17:30～18:30 スタンダード60 宮田		17:30～18:30 スタンダード60 宮田	17:30～18:30 ダイエットヨガ 島山		17:30～18:30 全員ととのう 寝たまんまヨガ 杉田
19:00		19:15～20:15 スタンダード60 宮田						
20:00								
21:00	21:00～22:00 ダイエットヨガ 島山				21:00～22:00 スリムアッププレス 大坂	21:00～22:00 スタンダード60 宮田	21:00～22:00 美ボディ/フロー ピラティス 大坂	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 大坂
22:00								

定
休
日