

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				定休日	定休日		
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							
13:00		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			12:15～13:15 腫トレ ビューティーヨガ 大坂	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 杉田
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 美ホディフロー 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 アロマリラクゼーションヨガ 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 エアロビヨガ 島山	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 杉田			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 島山	
19:00							
20:00	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
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 アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET 杉田
22:00							

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					定休日			
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 アロマリラクゼーションヨガ DEEP FOREST 大坂	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕中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 エアロビヨガ 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		14:00～15:00 アロマリラクゼーションヨガ HERBAL RELAX 大坂	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 大坂	14:00～15:00 スタンダード60 島山		14:00～15:00 ダイエットヨガ 島山		
15:00								
16:00			15:45～16:45 スタンダード60 宮田	15:45～16:45 ホットピラティス 杉田				
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 産せる身体をつくる 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			17:30～18:30 アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET 大坂	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 島山	17:30～18:30 スタンダード60 宮田
19:00								
20:00	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				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 肩コリラクゼーションヨガ 杉田
21:00	21:00～22:00 背中美人ヨガ 杉田	21:00～22:00 腫トレ ビューティーヨガ 大坂				21:00～22:00 スタンダード60 島山	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 島山	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 杉田
22:00								

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-989 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♪



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				定 休 日			
10:00							
11:00	10:30～11:30 エアロビヨガ 畠山	10:30～11:30 育中美人ヨガ 杉田	10:30～11:30 スタンダード60 宮田		10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 大坂	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 大坂	
12:00							
13:00							
14:00	12:15～13:15 スタンダード60 宮田	12:15～13:15 腸活ヨガ 牛山	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 茂手木		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	
15:00					14:00～15:00 スタンダード60 宮田	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 大坂	
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 骨盤矯正ヨガ 杉田		17:30～18:30 エアロビヨガ 畠山
19:00						18:45～19:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ 杉田	
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 宮田				19:15～20:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)大坂		19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 畠山
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 全身ととのう 寝たまんまヨガ 杉田	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 杉田	21:00～22:00 スタンダード60 宮田
22:00							

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				定 休 日				
10:00								
11:00	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 杉田	10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (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 全身ととのう 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 畠山	12:15～13:45 EXパワーヨガ (会員様限定) 大坂		12:15～13:15 ダイエットヨガ 畠山
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 大坂	14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 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 畠山			14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 畠山
15:00								
16:00		15:45～16:45 エアロビヨガ 畠山	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 畠山					
17:00								
18:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 畠山	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 畠山	17:20～18:30 ディープブレスヨガ 大坂	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 杉田
19:00								
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 宮田				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 大坂	19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 畠山	19:15～20:15 スタンダード60 宮田	19:15～20:00 Best Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 大坂
21:00	21:00～22:00 ダイエットヨガ 畠山				21:00～22:00 スリムアップブレス 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								