

函館店【6月1日～6月8日スケジュール】

2023年 5月 30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  |   |  |                                     |                                      | 定<br>休<br>日 |          |   |  |  |
| 10:00 |   |  |                                     |                                      |             |          |   |  |  |
| 11:00 | 10:30～11:30<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>浅見 | 10:30～11:30<br>ボールでゆがみとりヨガ<br>佐藤         | 10:30～11:30<br>背中美人ヨガ<br>浅見         | 10:30～11:30<br>SUMO YOGA<br>田中       |             |          | 10:30～11:30<br>スタンダード60<br>今井           | 10:30～11:30<br>免疫セラピーヨガ<br>田中                  | 10:30～11:15<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕背中Edition<br>田中 |
| 12:00 | 12:00～13:00<br>ココロカラダリセットヨガ<br>笹井         | 12:00～13:00<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定)笹井 | 12:00～13:00<br>リンパデトックスヨガ<br>笹井     | 12:15～13:15<br>スタンダード60<br>今井        |             |          | 12:00～13:00<br>肩コリリラックスヨガ<br>田中         | 12:00～13:00<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>佐藤 | 12:00～13:00<br>スタンダード60<br>今井                          |
| 13:00 |   |  |                                     |                                      |             |          |   |  |  |
| 14:00 | 13:30～14:30<br>腸活ヨガ<br>浅見                 | 13:30～14:30<br>ダイエットヨガ<br>佐藤             | 13:30～14:30<br>免疫セラピーヨガ<br>浅見       | 14:00～15:00<br>もも尻ヨガティス<br>笹井        |             |          | 13:30～14:30<br>スリムアッププレス<br>笹井          | 13:30～14:30<br>腸活ヨガ<br>浅見                      | 13:30～14:30<br>肩コリリラックスヨガ<br>田中                        |
| 15:00 | 15:00～16:00<br>ホットピラティス<br>笹井             | 15:00～16:00<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>笹井   | 15:00～16:30<br>アドバンス90<br>(会員様限定)笹井 | 15:45～16:45<br>腫トレ<br>ビューティーヨガ<br>笹井 |             |          | 15:00～16:00<br>免疫セラピーヨガ<br>田中           | 15:00～16:00<br>セルトル美脚ヨガ<br>田中                  | 15:00～16:00<br>はじめての「ハワ」ヨガ<br>(会員様限定)佐藤                |
| 16:00 |   |  |                                     |                                      |             |          |   |  |  |
| 17:00 |   |  | 17:00～18:00<br>肩コリリラックスヨガ<br>田中     |                                      |             |          |   |  |  |
| 18:00 | 18:00～19:00<br>全身ととのう<br>寝たまんまヨガ<br>佐藤    | 18:00～19:00<br>腸活ヨガ<br>浅見                | 18:30～19:30<br>スタンダード60<br>今井       |                                      |             |          | 18:00～19:00<br>ホットピラティス<br>笹井           | 18:00～19:00<br>スタンダード60<br>今井                  | 18:00～19:00<br>エアピロヨガ<br>笹井                            |
| 19:00 |   |  |                                     |                                      |             |          |   |  |  |
| 20:00 | 19:30～20:30<br>スタンダード60<br>今井             | 19:30～20:30<br>セルトル美脚ヨガ<br>田中            |                                     |                                      |             |          | 19:30～20:30<br>はじめての「ハワ」ヨガ<br>(会員様限定)佐藤 | 19:30～20:30<br>リンパデトックスヨガ<br>笹井                | 19:30～20:30<br>全身ととのう<br>寝たまんまヨガ<br>佐藤                 |
| 21:00 | 21:00～22:00<br>Sound Feel Yoga<br>佐藤      | 21:00～22:00<br>免疫セラピーヨガ<br>浅見            |                                     |                                      |             |          | 21:00～22:00<br>腸活ヨガ<br>浅見               | 21:00～22:00<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>笹井          | 21:00～22:00<br>背中美人ヨガ<br>浅見                            |
| 22:00 |   |  |                                     |                                      |             |          |   |  |  |

函館店【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  |                                     |  |   | 定<br>休<br>日 |           |  |                                  |  |
| 10:00 |                                     |  |   |             |           |  |                                  |  |
| 11:00 | 10:30～11:30<br>スタンダード60<br>今井       | 10:30～11:30<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定)笹井 | 10:30～11:30<br>免疫セラピーヨガ<br>浅見                   |             |           | 10:30～11:30<br>はじめての「ハワ」ヨガ<br>(会員様限定)佐藤        | 10:30～11:30<br>リンパデトックスヨガ<br>笹井  | 10:30～11:15<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕背中Edition<br>田中 |
| 12:00 | 12:00～13:00<br>セルトル美脚ヨガ<br>田中       | 12:15～13:15<br>Sound Feel Yoga<br>佐藤     | 12:15～13:15<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>佐藤 |             |           | 12:00～13:00<br>腸活ヨガ<br>浅見                      | 12:00～13:00<br>ボールでゆがみとりヨガ<br>佐藤 | 12:00～13:00<br>スタンダード60<br>今井                          |
| 13:00 |                                     |  |   |             |           |  |                                  |  |
| 14:00 | 13:30～15:00<br>EXパワーヨガ<br>(会員様限定)笹井 | 14:00～15:00<br>スタンダード60<br>今井            | 14:00～15:00<br>腸活ヨガ<br>浅見                       |             |           | 13:30～14:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>佐藤 | 13:30～14:30<br>もも尻ヨガティス<br>笹井    | 13:30～14:30<br>肩コリリラックスヨガ<br>田中                        |
| 15:00 |                                     |  |   |             |           | 15:00～16:00<br>背中美人ヨガ<br>浅見                    |                                  | 15:00～16:00<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>佐藤         |
| 16:00 |                                     | 15:45～16:45<br>腸活ヨガ<br>浅見                | 15:45～16:45<br>ダイエットヨガ<br>佐藤                    |             |           |  |                                  |  |
| 17:00 |                                     | 17:30～18:30<br>全身ととのう<br>寝たまんまヨガ<br>佐藤   |   |             |           |  |                                  |  |
| 18:00 | 18:00～19:00<br>腸活ヨガ<br>浅見           |  |   |             |           | 18:00～18:45<br>BEAT CORE HIT<br>笹井             | 18:00～19:00<br>セルトル美脚ヨガ<br>田中    | 18:00～19:00<br>免疫セラピーヨガ<br>浅見                          |
| 19:00 |                                     | 19:00～20:00<br>背中美人ヨガ<br>浅見              |   |             |           |  |                                  |  |
| 20:00 | 19:30～20:30<br>ダイエットヨガ<br>佐藤        |  |   |             |           | 19:30～20:30<br>肩コリリラックスヨガ<br>田中                | 19:30～20:30<br>スタンダード60<br>今井    | 19:30～20:30<br>ダイエットヨガ<br>佐藤                           |
| 21:00 | 21:00～22:00<br>免疫セラピーヨガ<br>浅見       |  |   |             |           | 21:00～22:00<br>スタンダード60<br>今井                  | 21:00～22:00<br>腸活ヨガ<br>浅見        | 21:00～22:00<br>背中美人ヨガ<br>浅見                            |
| 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♪



函館店【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<br>休<br>日 |  |   |  |                                  |
| 10:00 | 10:30～11:30<br>腸活ヨガ<br>浅見                 | 10:30～11:30<br>腹トレ<br>ピューティーヨガ<br>笹井    | 10:30～11:30<br>Sound Feel Yoga<br>佐藤 |             | 10:30～11:30<br>全身ととのう<br>寝たまんまヨガ<br>佐藤   | 10:30～11:30<br>ココロカラダリセットヨガ<br>笹井               | 10:30～11:30<br>免疫セラピーヨガ<br>田中            | 10:30～11:30<br>もも原ヨガティス<br>笹井    |
| 11:00 |   |   |                                      |             |  |   |  |                                  |
| 12:00 | 12:00～13:00<br>スタンダード60<br>今井             | 12:00～13:00<br>全身ととのう<br>寝たまんまヨガ<br>佐藤  | 12:15～13:15<br>腸活ヨガ<br>浅見            |             | 12:00～13:00<br>スタンダード60<br>今井            | 12:00～13:00<br>免疫セラピーヨガ<br>田中                   | 12:00～13:00<br>はじめての「ハーブヨガ」<br>(会員様限定)佐藤 | 12:00～13:00<br>スタンダード60<br>今井    |
| 13:00 |   |   |                                      |             |  |   |  |                                  |
| 14:00 | 13:30～14:30<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>浅見 | 13:30～15:00<br>EXパワーヨガ<br>(会員様限定)<br>笹井 | 14:00～15:00<br>ボールでゆがみとりヨガ<br>佐藤     |             | 13:30～14:30<br>ダイエットヨガ<br>佐藤             | 13:30～14:30<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>笹井           | 13:30～14:30<br>スタンダード60<br>今井            | 13:30～14:30<br>リンパデトックスヨガ<br>笹井  |
| 15:00 | 15:00～16:00<br>肩コリラックスヨガ<br>田中            | 15:30～16:30<br>エアロピヨガ<br>笹井             | 15:45～16:45<br>背中美人ヨガ<br>浅見          |             | 15:00～16:00<br>セルトル美脚ヨガ<br>田中            |   |  | 15:00～16:00<br>背中美人ヨガ<br>浅見      |
| 16:00 |   |   |                                      |             |  |   |  |                                  |
| 17:00 |   | 17:00～18:00<br>免疫セラピーヨガ<br>浅見           |                                      |             |  |   |  |                                  |
| 18:00 | 18:00～19:00<br>エアロピヨガ<br>笹井               | 18:30～19:30<br>肩コリラックスヨガ<br>田中          |                                      |             | 18:00～19:00<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定)笹井 | 18:00～19:00<br>Sound Feel Yoga<br>佐藤            | 18:00～19:00<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>笹井   | 18:00～19:00<br>セルトル美脚ヨガ<br>田中    |
| 19:00 |   |   |                                      |             |  |   |  |                                  |
| 20:00 | 19:30～20:30<br>免疫セラピーヨガ<br>田中             |   |                                      |             | 19:30～20:30<br>肩コリラックスヨガ<br>田中           | 19:30～20:30<br>スタンダード60<br>今井                   | 19:30～20:30<br>背中美人ヨガ<br>浅見              | 19:30～20:30<br>ボールでゆがみとりヨガ<br>佐藤 |
| 21:00 | 21:00～22:00<br>スリムアッププレス<br>笹井            |   |                                      |             | 21:00～22:00<br>もも原ヨガティス<br>笹井            | 21:00～22:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>佐藤 | 21:00～21:45<br>BEAT CORE HIT<br>笹井       | 21:00～22:00<br>免疫セラピーヨガ<br>田中    |
| 22:00 |   |   |                                      |             |  |   |  |                                  |

函館店【6月24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<br>休<br>日 |  |  |   |                                   |
| 10:00 | 10:30～11:30<br>ダイエットヨガ<br>佐藤                           | 10:30～11:30<br>スタンダード60<br>今井             |             | 10:30～11:30<br>腸活ヨガ<br>浅見                | 10:30～11:30<br>スタンダード60<br>今井            | 10:30～11:30<br>Sound Feel Yoga<br>佐藤      | 10:30～11:30<br>背中美人ヨガ<br>浅見       |
| 11:00 |  |   |             |  |  |   |                                   |
| 12:00 | 12:15～13:15<br>スタンダード60<br>今井                          | 12:15～13:15<br>免疫セラピーヨガ<br>浅見             |             | 12:00～13:00<br>肩コリラックスヨガ<br>田中           | 12:00～13:00<br>スリムアッププレス<br>笹井           | 12:00～13:00<br>腸活ヨガ<br>浅見                 | 12:00～13:00<br>スタンダード60<br>今井     |
| 13:00 |  |   |             |  |  |   |                                   |
| 14:00 | 14:00～15:00<br>ボールでゆがみとりヨガ<br>佐藤                       | 14:00～15:00<br>Sound Feel Yoga<br>佐藤      |             | 15:00～16:00<br>スタンダード60<br>今井            | 15:00～16:00<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定)笹井 | 15:00～16:00<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>浅見 | 15:00～16:00<br>ココロカラダリセットヨガ<br>笹井 |
| 15:00 |  |   |             |  |  |   |                                   |
| 16:00 | 15:45～16:30<br>Beat Drum Dist3.0<br>二の腕背中Edition<br>田中 | 15:45～16:45<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>浅見 |             |  |  |   |                                   |
| 17:00 |  |   |             |  |  |   |                                   |
| 18:00 | 17:30～18:30<br>腸活ヨガ<br>浅見                              |   |             | 18:00～19:00<br>全身ととのう<br>寝たまんまヨガ<br>佐藤   | 18:00～19:00<br>肩コリラックスヨガ<br>田中           | 17:30～19:00<br>アドバンス90<br>(会員様限定)<br>笹井   | 18:00～19:00<br>免疫セラピーヨガ<br>田中     |
| 19:00 | 19:00～20:00<br>免疫セラピーヨガ<br>田中                          |   |             |  |  |   |                                   |
| 20:00 |  |   |             | 19:30～20:30<br>エアロピヨガ<br>笹井              | 19:30～20:30<br>腸活ヨガ<br>浅見                | 19:30～20:30<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>笹井     | 19:30～20:30<br>スリムアッププレス<br>笹井    |
| 21:00 |  |   |             | 21:00～22:00<br>はじめての「ハーブヨガ」<br>(会員様限定)佐藤 | 21:00～22:00<br>セルトル美脚ヨガ<br>田中            | 21:00～22:00<br>スタンダード60<br>今井             | 21:00～22:00<br>肩コリラックスヨガ<br>田中    |
| 22:00 |  |   |             |  |  |   |                                   |