

都城店【4月1日～4月8日スケジュール】

2024年 3月 30日更新

	4月 1日(月)	4月 2日(火)	4月 3日(水)	4月 4日(木)	4月 5日(金)	4月 6日(土)	4月 7日(日)	4月 8日(月)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:30 スタンダード60 内田	10:30～11:30 産せる身体をつくる ダイエットヨガ 児玉		10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 竹之下	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 児玉	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 馬道	
12:00		12:15～13:15 背中美人ヨガ 竹之下	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 下西		12:15～13:15 エアロビヨガ 竹之下	12:15～13:15 腸活ヨガ 下西	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 竹之下	
13:00								
14:00		14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 竹之下	14:00～15:00 ホットピラティス 児玉		14:00～15:00 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX 児玉	14:00～15:00 産せる身体をつくる ダイエットヨガ 児玉	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 リンパデトックスヨガ 原田	15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の胸青中Edition 馬道	
17:00								
18:00		17:30～18:30 腸活ヨガ 下西		17:30～18:30 ダイエットヨガ 下西	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 馬道	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 下西		
19:00		19:15～20:15 ダイエットヨガ 下西	19:15～20:15 はじめての「ハーヨガ」 (会員様限定)竹之下	19:15～20:15 ポールでゆがみとりヨガ 馬道	19:15～20:15 ダイエットヨガ 下西			
20:00								
21:00		21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 竹之下	21:00～22:00 背中美人ヨガ 竹之下	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 福留	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 下西			
22:00								

定休日

定休日

都城店【4月9日～4月15日スケジュール】

	4月 9日(火)	4月 10日(水)	4月 11日(木)	4月 12日(金)	4月 13日(土)	4月 14日(日)	4月 15日(月)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 下西	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 竹之下		10:30～11:30 背中美人ヨガ 馬道	10:30～11:30 はじめての「ハーヨガ」 (会員様限定)竹之下	10:30～11:30 ホットピラティス 児玉	
12:00							
13:00	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 竹之下	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 下西		12:15～13:15 ホットピラティス 大塚	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の胸青中Edition 馬道	12:15～13:15 スタンダード60 内田	
14:00	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 竹之下			14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 下西	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 児玉	14:00～15:00 産せる身体をつくる ダイエットヨガ 児玉	
15:00							
16:00					15:45～16:45 もも原ヨガティス 児玉	15:45～16:45 スタンダード60 内田	
17:00							
18:00	17:30～18:30 背中美人ヨガ 馬道	17:30～18:30 ポールでゆがみとりヨガ 馬道	17:30～18:30 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 竹之下	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 竹之下	17:30～18:30 スタンダード60 馬道		
19:00	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 下西	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 竹之下	19:15～20:15 エアロビヨガ 竹之下	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 馬道			
20:00							
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 馬道	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸青中Edition 馬道	21:00～22:00 腸活ヨガ 下西	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)竹之下			
22:00							

定休日

【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の開始の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【4月16日～4月23日スケジュール】

	4月 16日(火)	4月 17日(水)	4月 18日(木)	4月 19日(金)	4月 20日(土)	4月 21日(日)	4月 22日(月)	4月 23日(火)	
9:00									
10:00									
11:00	10:30～11:30 ボールでゆがみとリコ 馬道	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 児玉		10:30～11:30 ダイエットヨガ 下西	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 馬道	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 福留		10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)竹之下	
12:00									
13:00	12:15～13:15 背中美人ヨガ 馬道	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 竹之下		12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 下西	12:15～13:15 青盤矯正ヨガ 馬道	12:15～13:15 ダイエットヨガ 下西		12:15～13:15 腸活ヨガ 下西	
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 内田	14:00～15:00 エアロピヨガ 竹之下		14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 竹之下	14:00～15:00 ホットピラティス 児玉	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 児玉	定 休 日	14:00～15:00 ダイエットヨガ 下西	
15:00									
16:00					15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 竹之下	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 福留			
17:00									
18:00	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 下西		17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 下西	17:30～18:30 スタンダード60 馬道	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 青盤矯正ヨガ 馬道	
19:00									
20:00	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 竹之下	19:15～20:15 ダイエットヨガ 下西	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ 下西	19:15～20:15 コロカラダリセットヨガ 竹之下					19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 児玉
21:00	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 下西	21:00～22:00 青盤矯正ヨガ 馬道	21:00～22:00 ホットピラティス 児玉	21:00～22:00 背中美人ヨガ 馬道					21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 児玉
22:00									

都城店【4月24日～4月30日スケジュール】

	4月 24日(水)	4月 25日(木)	4月 26日(金)	4月 27日(土)	4月 28日(日)	4月 29日(月)	4月 30日(火)	
9:00								
10:00								
11:00			10:30～11:30 ホットピラティス 児玉	10:30～11:30 背中美人ヨガ 馬道	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 竹之下		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 児玉	
12:00								
13:00	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 馬道		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 児玉	12:15～13:15 コロカラダリセットヨガ 竹之下	12:15～13:15 スタンダード60 内田		12:15～13:15 もも尻ヨガティス 児玉	
14:00			14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 馬道	14:00～15:00 はじめてのハワ-カ (会員様限定)竹之下	14:00～15:00 SUMO YOGA 竹之下		14:00～15:00 スタンダード60 馬道	
15:00						定 休 日		
16:00				15:45～16:45 ボールでゆがみとリコ 馬道	15:45～16:45 スタンダード60 内田			
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 リンパデトックスヨガ 原田	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 下西	17:30～19:00 アドバンス90 (会員様限定) 下西				17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 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 エアロピヨガ 竹之下	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 下西					19:15～20:15 背中美人ヨガ 馬道
21:00	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 竹之下	21:00～22:00 スタンダード60 馬道	21:00～22:00 背中美人ヨガ 竹之下					21:00～21:45 BEAT CORE HIT 竹之下
22:00								