

都城店【4月1日～4月8日スケジュール】

2024年 4月 23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	定 休 日							定 休 日	
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									
13:00			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
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 産せる身体をつくる 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 はじめてのハワート (会員様限定)竹之下	19:15～20:15 ボ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									

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							定 休 日
10:00				10:30～11:30 背中美人ヨガ 馬道	10:30～11:30 はじめてのハワート (会員様限定)竹之下	10:30～11:30 ホットピラティス 児玉	
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					
12:00				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	
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					
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 ボ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							

【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。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		14:00～15:00 ダイエットヨガ 下西
15:00							定 休 日	
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	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
20:00								
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 オトナのための オールインワンヨガ 下西		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 エアロピヨガ 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	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 竹之下	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 馬道	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
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 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								