

## 近江八幡店【12月1日～12月8日スケジュール】

2023年11月15日更新

	12月1日(金)	12月2日(土)	12月3日(日)	12月4日(月)	12月5日(火)	12月6日(水)	12月7日(木)	12月8日(金)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 長谷川	10:30～11:30 スタンダード60 北谷	10:30～11:30 ホットピラティス 山中		10:30～11:40 ディープレッスヨガ 山中	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 山中		10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員枠限定)長谷川
12:00	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 長谷川	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 長谷川	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 山中		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 山中	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 山中		12:15～13:15 脚トレ ピューティヨガ 長谷川
13:00								
14:00	14:00～15:00 青中美人ヨガ 北谷	14:00～15:00 リンパドレックスヨガ 北谷	14:00～15:00 SUMO YOGA 長谷川		14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 長谷川			14:00～15:00 スタンダード60 杉本
15:00								
16:00		15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 山中	15:45～16:45 ポールでゆがみとりヨガ 長谷川					
17:00		17:30～18:30 スタンダード60 北谷	17:30～18:30 全身とのう 寝たまんまヨガ 山中		17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員枠限定)要須	17:00～18:30 アドバンス90 (会員枠限定) 北谷	17:30～18:15 Best Drum Diet3.0 二の脚育中Edition 長谷川	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 山中
18:00								
19:00	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 浜野				19:15～20:15 リンパドレックスヨガ 北谷	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 長谷川	19:15～20:15 フェイスアップヨガ 北谷	19:15～20:15 エアロビヨガ 杉本
20:00								
21:00	20:50～21:50 脚活ヨガ 浜野				20:50～21:50 青中美人ヨガ 北谷	20:50～21:50 脚コリラックスヨガ 長谷川	20:50～21:50 スタンダード60 北谷	20:50～21:50 美ボディフロー ピラティス 山中
22:00								

定  
休  
日

## 近江八幡店【12月9日～12月15日スケジュール】

	12月9日(土)	12月10日(日)	12月11日(月)	12月12日(火)	12月13日(水)	12月14日(木)	12月15日(金)
9:00							
10:00							
11:00		10:20～10:30 アサナ解説【ヨのポーズ】	10:30～12:00 ステップアップ アサナWS 西原	10:30～11:30 ポールでゆがみとりヨガ 長谷川	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 山中	10:30～11:30 全身とのう 寝たまんまヨガ 山中	10:30～11:30 全身とのう 寝たまんまヨガ 山中
12:00		12:15～13:18 エアロビヨガ 岩本	12:30～12:40 アサナ解説 【手を上にあげるポーズ】	12:15～13:15 全身とのう 寝たまんまヨガ 山中	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 山中	12:15～13:15 ホットピラティス 山中	
13:00							
14:00		14:00～15:00 フェイスアップヨガ 北谷	14:00～15:00 アサナ解説【コラボのポーズ】	14:00～14:45 Beet Drum Diet3.0 二の脚育中Edition 長谷川		14:00～15:00 脚活ヨガ 浜野	
15:00							
16:00		15:45～16:45 スタンダード60 北谷	15:45～16:45 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 北谷				
17:00							
18:00		17:30～18:30 脚活ヨガ 岩本		17:30～18:30 リンパドレックスヨガ 杉本	17:30～18:30 スタンダード60 長谷川	17:30～18:40 ディープレッスヨガ 山中	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 長谷川
19:00							
20:00							
21:00					19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 山中	19:15～20:15 脚コリラックスヨガ 浜野	19:15～20:15 フェイスアップヨガ 浜野
22:00					20:50～21:50 もも尻ヨガティス 浜野	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長谷川	20:50～21:50 SUMO YOGA 浜野

定  
休  
日

【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。  
◆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♪



**近江八幡店【12月16日～12月23日スケジュール】**

	12月16日(土)	12月17日(日)	12月18日(月)	12月19日(火)	12月20日(水)	12月21日(木)	12月22日(金)	12月23日(土)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)長谷川	10:30～11:30 エアロピヨガ 北谷		10:30～11:30 肩活ヨガ 今掛	10:30～11:30 全身とのう 寝たまんまヨガ 山中		10:30～11:30 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 北谷	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 北谷
12:00					12:15～13:15 ホットピラティス 山中	12:15～13:45 アドバンス60 (会員様限定) 北谷		
13:00	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 今掛	12:15～13:15 スタンダード60 北谷				12:15～13:15 フェイストラップヨガ 北谷	12:15～13:15 青中央人ヨガ 北谷	
14:00	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 今掛	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 山中		14:00～15:00 スタンダード60 今掛			14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 長谷川	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 山中
15:00								
16:00	15:45～16:45 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 北谷	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 山中					15:45～16:45 ホットピラティス 山中	
17:00								
18:00		17:30～18:30 スタンダード60 北谷		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 山中	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 長谷川	17:30～18:30 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 北谷	17:30～18:30 肩トレ ピューティーヨガ 長谷川	17:30～18:15 Movie Heroine Yoga 長谷川
19:00								
20:00								
21:00								
22:00								

定  
休  
日

**近江八幡店【12月24日～12月31日スケジュール】**

	12月24日(日)	12月25日(月)	12月26日(火)	12月27日(水)	12月28日(木)	12月29日(金)	12月30日(土)	12月31日(日)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 山中		10:30～12:00 アドバンス60 (会員様限定) 北谷	10:30～11:30 スタンダード60 鈴木		10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 山中		
12:00	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 長谷川		12:45～13:45 スタンダード60 鈴木	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 山中		12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 長谷川		
13:00								
14:00	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 長谷川			14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 鈴木		14:00～15:00 スタンダード60 長谷川		
15:00								
16:00	15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 山中					15:45～17:45 100回太陽礼拝 (会員様限定) ※常温 北谷		
17:00								
18:00								
19:00								
20:00								
21:00								
22:00								

定  
休  
日

定  
休  
日