

## 近江八幡店【3月1日～3月8日スケジュール】

2023年 2月 15日更新

	3月 1日(水)	3月 2日(木)	3月 3日(金)	3月 4日(土)	3月 5日(日)	3月 6日(月)	3月 7日(火)	3月 8日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 脚トレ ピューティーヨガ 松原		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 長谷川	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 北谷	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 中川		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長谷川	10:30～11:30 エアロビヨガ 松原
12:00								
13:00								
14:00	14:00～15:00 ホットピラティス 中川		14:00～16:00 スタンダード60 北谷	14:00～16:00 スリムアップブレス 松原	14:00～16:00 SUMO YOGA 長谷川		14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 長谷川	
15:00								
16:00								
17:00								
18:00								
19:00	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 北谷	19:15～20:15 エアロビヨガ 中川	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 長谷川	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 北谷	17:30～18:30 エアロビヨガ 中川	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 松原	17:30～18:30 ダイエットヨガ 松原	17:30～18:30 スタンダード60 北谷
20:00								
21:00	20:50～21:50 スタンダード60 北谷	20:50～21:50 美姿勢 アンチエイジングヨガ 長谷川	20:50～21:50 美ボディフロー ピラティス 松原				19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 北谷	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 中川
22:00								

## 近江八幡店【3月9日～3月15日スケジュール】

	3月 9日(木)	3月 10日(金)	3月 11日(土)	3月 12日(日)	3月 13日(月)	3月 14日(火)	3月 15日(水)
9:00							
10:00							
11:00		10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 松原	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 長谷川	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 北谷		10:30～11:30 スタンダード60 北谷	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 松原
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00	17:30～18:30 ココカラカラリセットヨガ 中川	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 長谷川	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 松原	12:15～13:15 脚トレ ピューティーヨガ 松原	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 北谷	12:15～13:15 スタンダード60 北谷	17:30～18:30 脚トレ ピューティーヨガ 松原
19:00	19:15～20:15 ホットピラティス 中川	19:15～20:15 スタンダード60 北谷		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 長谷川	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 中川	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)松原	14:00～15:00 エアロビヨガ 松原
20:00							
21:00	20:50～21:50 スタンダード60 北谷	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 北谷				14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 松原	19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 長谷川
22:00							

【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。

レッスンのWEB予約はこちらから♪

◆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。



## 近江八幡店【3月16日～3月23日スケジュール】

	3月 16日(木)	3月 17日(金)	3月 18日(土)	3月 19日(日)	3月 20日(月)	3月 21日(火)	3月 22日(水)	3月 23日(木)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 松原	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 松原	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 中川		10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 長谷川	10:30～11:30 スタンダード60 北谷	
12:00								
13:00		12:15～13:15 背中美人ヨガ 中川	12:15～13:15 美ボディフローー ピラティス 松原	12:15～13:15 腸活ヨガ 中川		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 長谷川	12:15～13:15 エアロビヨガ 松原	
14:00		14:00～15:00 ホットピラティス 松原	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 北谷		14:00～15:00 スタンダード60 北谷		
15:00								
16:00						15:45～16:45 疲れる身体をつくる ダイエットヨガ 長谷川	15:45～16:45 トレ ピューティーヨガ 松原	
17:00								
18:00		17:30～18:30 スリムアップブレス 中川	17:30～18:30 スタンダード60 北谷	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 北谷		17:30～18:30 ダイエットヨガ 松原	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長谷川	17:30～18:30 美ボディフローー ピラティス 中川
19:00								
20:00		19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 長谷川	19:15～20:15 SUMO YOGA 長谷川				19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 中川	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 松原
21:00		20:50～21:50 パワーヨガAdvance (会員様限定)長谷川	20:50～21:50 肩コリラックスヨガ 長谷川				20:50～21:50 背中美人ヨガ 中川	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長谷川
22:00								

## 近江八幡店【3月24日～3月31日スケジュール】

	3月 24日(金)	3月 25日(土)	3月 26日(日)	3月 27日(月)	3月 28日(火)	3月 29日(水)	3月 30日(木)	3月 31日(金)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 松原	10:30～11:30 スタンダード60 北谷	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 長谷川		10:30～11:30 ホットピラティス 松原	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 北谷	
12:00								
13:00		12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 松原	12:15～13:15 エアロビヨガ 中川	12:15～13:15 疲れる身体をつくる ダイエットヨガ 長谷川		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 長谷川	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕瘦中Edition 長谷川	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 北谷
14:00		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕瘦中Edition 中川	14:00～15:00 腸活ヨガ 中川	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 松原		14:00～15:00 スリムアップブレス 松原	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 長谷川	14:00～15:00 スタンダード60 北谷
15:00								
16:00								
17:00								
18:00		17:30～18:30 疲れる身体をつくる ダイエットヨガ 長谷川	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 長谷川			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 FRUITY DIET 長谷川	17:30～19:00 アドバンス90 (会員様限定) 松原
19:00								
20:00		19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 北谷						
21:00		20:50～21:50 スタンダード60 北谷						
22:00								

### オンライン講座のご案内

◆もっとわたしを好きになるRYT200オンライン講座

:ヨガをさらに深めたい方向けの、資格が取得できる講座 RYT200は一番知名度が高い国際的なヨガ資格

◆ボディメイクワークショップ

:骨格・筋肉・マインドからアプローチをかけ、ボディメイク方法が分かる！体が変わる！WS

◆ヨガ哲学を生活に取り入れて「もっと、わたしを好きになる」講座

:ヨガの経典「ヨガ・スートラ」をベースに、「幸せに生きるための秘訣」を学び、ヨガ哲学を日々に活かせる講座

◆簡単マインドフルネス瞑想クラス

:マインドフルネスについて学んだ後、マインドフルネスヨガ・マインドフルネス瞑想を行うクラス

### オンラインワークショップの詳細は

