

高槻店【10月1日～10月15日スケジュール】

2022年 9月 15日更新

	10月1日(土)	10月2日(日)	10月3日(月)	10月4日(火)	10月5日(水)	10月6日(木)	10月7日(金)	10月8日(土)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の脚骨中Edition 北沢						10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 奥田	
12:00		12:15～13:15 腸活ヨガ 吉岡					12:15～13:15 背中美人ヨガ 藤原	
13:00								
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 北沢					14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)奥田	
15:00								
16:00	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 吉岡						15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 藤原	
17:00								
18:00								
19:00		18:15～20:15 ストリムアッププレス 北川		19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 奥田		19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)清水	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 藤原	
20:00								
21:00		21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 北沢		21:00～22:00 スタンダード60 北沢		21:00～22:00 ととのえてゆがみとりヨガ 藤原	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 北沢	
22:00								

定
休
日

高槻店【10月9日～10月15日スケジュール】

	10月9日(日)	10月10日(月)	10月11日(火)	10月12日(水)	10月13日(木)	10月14日(金)	10月15日(土)
9:00							
10:00							
11:00						10:30～11:30 Sound Feel Yoga 吉岡	
12:00						12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 藤原	
13:00						14:00～15:00 腸活ヨガ 吉岡	
14:00						15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤原	
15:00							
16:00							
17:00					17:00～18:00 リンパデトックスヨガ 清水	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 北沢	
18:00					18:45～20:15 アドバンス90 (会員様限定) 北川	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 藤原	
19:00							
20:00							
21:00				21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 藤原	21:00～22:00 もも尻ヨガピラティス 北川	21:00～22:00 背中美人ヨガ 清水	21:00～22:00 スタンダード60 北沢
22:00							

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。

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。



高槻店【10月16日～10月23日スケジュール】

	10月16日(日)	10月17日(月)	10月18日(火)	10月19日(水)	10月20日(木)	10月21日(金)	10月22日(土)	10月23日(日)
9:00								
10:00							10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 北沢	
11:00								
12:00							12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 奥田	
13:00								
14:00							14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 北沢	
15:00								
16:00							15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 奥田	
17:00								
18:00				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 奥田	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 北沢	17:30～18:30 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ 吉岡	17:30～18:40 ティーブレスヨガ 奥田	
19:00								
20:00			19:15～20:15 スタンダード60 吉岡	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 清水	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 北川	19:15～20:15 もも肩ヨガティス 北川		
21:00				21:00～22:00 ホットピラティス 奥田	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 北沢	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 吉岡	21:00～22:00 スリムアッププレス 奥田	
22:00								

高槻店【10月24日～10月31日スケジュール】

	10月24日(月)	10月25日(火)	10月26日(水)	10月27日(木)	10月28日(金)	10月29日(土)	10月30日(日)	10月31日(月)
9:00								
10:00							10:30～11:30 スタンダード60 奥田	
11:00								
12:00							12:15～13:15 セルトル奥岡ヨガ 吉岡	
13:00							14:00～15:00 SUMO YOGA 奥田	
14:00							15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 吉岡	
15:00								
16:00								
17:00				17:30～18:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 奥田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 清水	17:30～18:30 スタンダード60 北川		
18:00								
19:00				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 吉岡	19:15～20:15 ホットピラティス 北川	19:15～20:15 ダイエットヨガ 北沢	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の脚育中Edition 清水	
20:00								
21:00				21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 北沢	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 北川	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)清水	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 北川	
22:00								

オンライン講座・ワークショップのご案内

オンラインワークショップの詳細は

◆自分史上最高の体へ!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です。

◆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1番知名度が高い国際的なヨガ資格です。

◆瞑想指導者養成講座 :脳科学・心理学の見地から、瞑想の効果、それに出会うための方法を実践を通して身につけていく講座です。

