

町田店【9月1日～9月8日スケジュール】

2022年 8月 15日更新

	9月1日(木)	9月2日(金)	9月3日(土)	9月4日(日)	9月5日(月)	9月6日(火)	9月7日(水)	9月8日(木)	
9:00					定 休 日				
10:00									
11:00		10:30~12:00 アドバンス90 (会員様限定) 小玉	10:30~11:30 腹筋MAX 鈴木	10:30~11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 石川			10:30~11:30 ボールでゆがみとりヨガ 大村	10:30~11:30 Sound Feel Yoga 石川	
12:00			12:15~13:15 青盤矯正ヨガ 石川	12:15~13:15 アロマリラクゼーション HARVAL RELAX 大村			12:15~13:15 背中美人ヨガ 内藤	12:15~13:15 ココロカラダリセットヨガ 大村	
13:00		12:45~13:45 リンパデトックスヨガ 鈴木							
14:00			14:00~15:00 スタンダード60 大村	14:00~15:00 腸活ヨガ 石川			14:00~15:00 もも尻ヨガティス 大村		
15:00		14:30~15:30 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 小玉							
16:00			15:45~16:45 スリムアッププレス 石川	15:45~16:30 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 大村					
17:00									
18:00	17:30~18:30 Sound Feel Yoga 石川	17:30~18:30 ボールでゆがみとりヨガ 大村	17:30~18:30 ホットピラティス 大村				17:30~18:30 ダイエットヨガ 石川	17:30~18:30 スタンダード60 大村	17:30~18:30 免疫セラピーヨガ 大村
19:00	19:15~20:15 肩コリラックスヨガ 鈴木	19:15~20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木					19:15~20:15 リンパデトックスヨガ 鈴木	19:15~20:15 SUMO YOGA 鈴木	19:15~20:15 セルトル美脚ヨガ 鈴木
20:00									
21:00	21:00~22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)鈴木	21:00~22:00 スタンダード60 大村					21:00~21:45 BEAT CORE HIIT 鈴木	21:00~22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)鈴木	21:00~22:00 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 鈴木
22:00									

町田店【9月9日～9月15日スケジュール】

	9月9日(金)	9月10日(土)	9月11日(日)	9月12日(月)	9月13日(火)	9月14日(水)	9月15日(木)
9:00							
10:00							
11:00	10:30~11:30 肩コリラックスヨガ 鈴木	10:30~11:30 ホットピラティス 大村	10:30~11:15 BEAT CORE HIIT 鈴木		10:30~11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木	10:30~11:30 スタンダード60 石川	
12:00	12:15~13:15 腹筋MAX 鈴木	12:15~13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)石川	12:15~13:25 ディーププレスヨガ 石川		12:15~13:15 青盤矯正ヨガ 石川	12:15~13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)鈴木	
13:00							
14:00	14:00~15:00 スタンダード60 大村	14:00~15:00 ボールでゆがみとりヨガ 大村	14:00~15:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木		14:00~15:30 EXパワーヨガ (会員様限定)鈴木	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ 鈴木	
15:00							
16:00		15:45~16:45 アロマリラクゼーション HARVAL RELAX 石川	15:45~16:45 ココロカラダリセットヨガ 石川				
17:00	17:30~18:30 もも尻ヨガティス 大村	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ 石川					
18:00					17:30~18:15 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 大村		17:30~18:30 ボールでゆがみとりヨガ 大村
19:00							
20:00	19:15~20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 石川				19:15~20:15 腸活ヨガ 石川	19:15~20:15 背中美人ヨガ 内藤	19:15~20:15 腹筋MAX 鈴木
21:00	21:00~22:00 ダイエットヨガ 石川				21:00~22:00 スタンダード60 大村	21:00~22:00 免疫セラピーヨガ 大村	21:00~22:10 ディーププレスヨガ 鈴木
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♪



町田店【9月16日～9月23日スケジュール】

	9月16日(金)	9月17日(土)	9月18日(日)	9月19日(日)	9月20日(火)	9月21日(水)	9月22日(木)	9月23日(金)	
9:00				定 休 日					
10:00									
11:00	10:30～11:30 はじめてのハワーヨガ (会員様限定) 岩村	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 鈴木	10:30～11:30 育中美人ヨガ 小山		10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 大村	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腸育中Edition 小山			10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 内藤
12:00									
13:00									
14:00	14:00～15:00 スリムアッププレス 鈴木	14:00～15:00 腹筋MAX 鈴木	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小山		14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小山				14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 内藤
15:00									
16:00		15:45～16:45 腸活ヨガ 大村	15:45～16:45 もも尻ヨガティス 大村						15:45～16:45 ココロカラダリセットヨガ 内藤
17:00									
18:00	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 小山	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) 鈴木			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 小山	17:30～18:30 スタンダード60 大村	17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 大村		17:30～18:30 ホットピラティス 大村
19:00									
20:00						19:15～20:15 腹筋MAX 鈴木	19:00～20:00 肩コリラックスヨガ 鈴木	19:15～20:25 ディーブレスヨガ 鈴木	
21:00	21:00～22:00 ホットピラティス 大村					21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 鈴木	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 鈴木	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 鈴木	
22:00									

町田店【9月24日～9月30日スケジュール】

	9月24日(土)	9月25日(日)	9月26日(月)	9月27日(火)	9月28日(水)	9月29日(木)	9月30日(金)	
9:00			定 休 日					
10:00								
11:00	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 鈴木	10:30～11:30 スリムアッププレス 鈴木		10:30～11:30 はじめてのハワーヨガ (会員様限定) 鈴木	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 小山			10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 内藤
12:00								
13:00					12:15～13:15 腹筋MAX 鈴木	12:15～13:15 スタンダード60 大村		12:15～13:15 スタンダード60 小山
14:00	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) 鈴木	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 鈴木			14:00～15:00 スタンダード60 小山	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 小山		14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 内藤
15:00								
16:00	15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 大村	15:45～16:45 スタンダード60 未定						
17:00								
18:00	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 鈴木				17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 大村		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 大村	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 大村
19:00						18:45～19:45 腸活ヨガ 大村		
20:00					19:15～20:15 育中美人ヨガ 小山		19:15～20:15 腹筋MAX 鈴木	19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 大村
21:00					21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 大村	20:30～22:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 鈴木	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 鈴木	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腸育中Edition 小山
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
- ◆もっとわたしを好きになるRYT200オンライン講座
- ◆瞑想指導者養成講座

: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。
: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。
: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。

