

金沢店【10月1日～10月8日スケジュール】

2022年 10月 5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	10:30~11:30 扁活ヨガ 田中	10:30~11:30 もも原ヨガティス 水野		10:30~12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 田中	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鈴木		10:30~11:30 扁活ヨガ 鈴木	10:30~11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 田中	
12:00									
13:00	12:15~13:15 セルトル美脚ヨガ 折戸	12:15~13:15 骨盤矯正ヨガ 折戸		12:30~13:30 ボールでゆがみとりヨガ 折戸	12:15~13:15 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)鈴木		12:15~13:00 Best Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 折戸	12:15~13:15 ココロカラダリセットヨガ 水野	
14:00	14:00~15:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)水野	14:00~15:00 スタンダード60 藤田	定 休 日	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 田中	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ 折戸		14:00~15:00 ダイエットヨガ 鈴木	14:00~15:00 スタンダード60 折戸	
15:00									
16:00	15:45~16:30 BEAT CORE HIIT 田中	15:45~16:45 ダイエットヨガ 折戸							15:45~16:45 肩コリラックスヨガ 田中
17:00									
18:00	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 折戸				17:30~18:30 スタンダード60 鈴木		17:30~18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 水野	17:30~18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)田中	17:30~18:30 ホットピラティス 水野
19:00									
20:00					19:15~20:15 リンパデトックスヨガ 折戸	19:15~20:15 美ボディフロー ピラティス 水野	19:15~20:15 免疫セラピーヨガ 鈴木	19:15~20:15 スタンダード60 折戸	
21:00					21:00~22:00 ダイエットヨガ 鈴木	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ 折戸	21:00~22:00 Sound Feel Yoga 水野	21:00~22:00 ととのえてゆがみとりヨガ 田中	
22:00									

金沢店【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 リンパデトックスヨガ 折戸		10:30~11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 田中	10:30~11:15 BEAT CORE HIIT 田中		10:30~11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 水野	10:30~11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)鈴木
12:00							
13:00	12:15~13:15 美ボディフロー ピラティス 水野		12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 鈴木	12:15~13:15 扁活ヨガ 水野		12:15~13:15 背中美人ヨガ 水野	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ 藤田
14:00	14:00~15:00 スタンダード60 折戸		14:00~15:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)田中			14:00~15:00 スタンダード60 藤田	14:00~15:00 美ボディフロー ピラティス 水野
15:00		定 休 日					
16:00	15:45~16:45 ココロカラダリセットヨガ 水野						15:45~16:45 免疫セラピーヨガ 鈴木
17:00				17:00~18:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 折戸	17:30~18:30 扁活ヨガ 田中	17:30~18:30 SUMO YOGA 田中	17:30~18:30 スタンダード60 藤田
18:00			17:30~18:30 Sound Feel Yoga 水野				
19:00				18:45~20:15 アドバンス90 (会員様限定) 鈴木	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 水野	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 水野	19:15~20:15 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)鈴木
20:00				19:15~20:15 スタンダード60 藤田			
21:00			21:00~22:00 ココロカラダリセットヨガ 水野	21:00~22:00 スタンダード60 藤田	21:00~22:00 背中美人ヨガ 田中	21:00~22:00 ボールでゆがみとりヨガ 田中	
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 ※受付時間以外に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。が時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。



金沢店【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		定 休 日							
10:00									
11:00	10:30～11:30 ダイエットヨガ 鈴木			10:30～11:30 リンパドックスヨガ 藤田	10:30～11:30 スリムアッププレス 折戸		10:30～11:40 ディープブレスヨガ 折戸	10:30～11:30 ホットピラティス 水野	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 折戸
12:00									
13:00									
14:00	14:00～14:45 BEAT CORE HIT 田中			14:00～16:00 スタンダード60 藤田	14:00～16:00 肩コリラックスヨガ 折戸		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の膵背中Edition 折戸	14:00～16:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 水野	14:00～15:00 背中美人ヨガ 折戸
15:00									
16:00	16:45～16:45 スタンダード60 藤田							16:45～16:45 リンパドックスヨガ 折戸	16:45～16:45 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)水野
17:00									
18:00				17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 水野		17:30～18:30 リンパドックスヨガ 藤田	17:30～18:30 スタンダード60 藤田	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 藤田	
19:00									
20:00			19:15～20:25 ディープブレスヨガ 折戸	19:15～20:15 リンパドックスヨガ 藤田	19:15～20:15 スリムアッププレス 藤田	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 水野			
21:00			21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 水野	21:00～22:00 SUMO YOGA 水野	21:00～22:00 スタンダード60 藤田	21:00～22:00 リンパドックスヨガ 藤田			
22:00									

金沢店【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	定 休 日							定 休 日	
10:00									
11:00			10:30～11:30 スタンダード60 藤田	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 水野		10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 折戸	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 水野		10:30～11:30 Sound Feel Yoga 折戸
12:00									
13:00			12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 水野	12:15～13:15 リンパドックスヨガ 藤田		12:15～13:15 スタンダード60 宮入	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 水野		12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 藤田
14:00			14:00～16:00 リンパドックスヨガ 藤田			14:00～16:00 スリムアッププレス 折戸	14:00～16:00 肩コリラックスヨガ 折戸		14:00～16:10 ディープブレスヨガ 折戸
15:00									
16:00							16:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の膵背中Edition 宮入		16:45～16:45 スタンダード60 藤田
17:00									
18:00			17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 折戸	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 宮入	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 宮入	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 水野	17:30～18:30 ダイエットヨガ 折戸		
19:00		19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 宮入	19:15～20:15 ボールでゆがみとり 折戸	19:15～20:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)水野	19:15～20:15 スタンダード60 藤田				
20:00									
21:00		21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の膵背中Edition 折戸	21:00～22:00 スタンダード60 宮入	21:00～22:00 リンパドックスヨガ 藤田	21:00～22:00 ホットピラティス 水野				
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。

