

八戸店【10月1日～10月8日スケジュール】

2022年 9月 28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 ボールでゆがみヨガ 開下 | 10:30～11:30 ダイエットヨガ 都丸 | | 10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)開下 | 10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 佐々木 | | 10:30～11:30 スタンダード60 佐々木 | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐々木 |
| 12:00 | | | | 12:15～13:15 BEAT CORE HIIT 都丸 | 12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐々木 | 12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 川口 | 12:15～13:15 スタンダード60 川口 | 12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 開下 |
| 13:00 | | | | | | | | 12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 大崎 |
| 14:00 | 14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 開下 | 14:00～15:00 腸脚ヨガ 都丸 | | 14:00～15:10 ディープブレスヨガ 川口 | 14:00～15:00 Sound Feel Yoga 川口 | | 14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 佐々木 | 14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 川口 |
| 15:00 | | | | | | | | 15:45～16:45 スタンダード60 大崎 |
| 16:00 | 15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 都丸 | 15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 都丸 | | | | | | |
| 17:00 | | | | 17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 開下 | | | 17:30～18:30 スタンダード60 川口 | 17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 大崎 |
| 18:00 | 17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)都丸 | | | | | | | 17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 佐々木 |
| 19:00 | | | | 19:15～20:15 スタンダード60 大崎 | 19:00～20:30 アドバンス90 (会員様限定) 開下 | 19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 開下 | 19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 川口 | |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | 21:00～22:00 背中美人ヨガ 大崎 | 21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 大崎 | 21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 開下 | 21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 川口 | |
| 22:00 | | | | | | | | |

八戸店【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 骨盤矯正ヨガ 佐々木 | | 10:30～11:30 背中美人ヨガ 大崎 | 10:30～11:30 スタンダード60 川口 | | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 佐々木 | 10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)開下 |
| 12:00 | | | | | | | |
| 13:00 | | 12:15～13:15 スタンダード60 佐々木 | | 12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 大崎 | 12:15～13:15 スリムアップブレス 佐々木 | 12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 佐々木 | 12:15～13:25 ディープブレスヨガ 川口 |
| 14:00 | 14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 大崎 | | 14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 川口 | | | 14:00～15:00 背中美人ヨガ 大崎 | 14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 大崎 |
| 15:00 | | | | | | | |
| 16:00 | 15:45～16:45 SUMO YOGA 大崎 | | | | | | 15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 開下 |
| 17:00 | | | | | | | |
| 18:00 | | | | 17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 佐々木 | 17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 開下 | 17:30～18:30 ボールでゆがみヨガ 開下 | 17:30～18:30 ホットピラティス 開下 |
| 19:00 | | | | | | | 17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 川口 |
| 20:00 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | 19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 川口 | 19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 大崎 | 19:15～20:15 Sound Feel Yoga 川口 | 19:15～20:15 スタンダード60 川口 |
| 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づつに制限されます。

※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。



八戸店【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 | | | | | | | | |
| 11:00 | 10:30～11:30 ポールでゆがみヨガ 開下 | | 10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 佐々木 | 10:30～11:30 スタンダード60 川口 | | 10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 川口 | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 大崎 | 10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 開下 |
| 12:00 | | | | | | | | |
| 13:00 | | | 12:15～13:15 スタンダード60 佐々木 | 12:15～13:15 スリムアッププレス 佐々木 | 12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 大崎 | | 12:15～13:15 ディープレスヨガ 川口 | 12:30～13:30 肩コリラックスヨガ 川口 |
| 14:00 | 14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 開下 | | 14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 川口 | 14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 大崎 | | 14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 大崎 | 14:00～15:00 スタンダード60 佐々木 | 14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 川口 |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | 15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 佐々木 | | | | | | 15:45～16:45 はじめてのハーヨガ (会員様限定)開下 | 15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 開下 |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | | | 17:30～18:30 Sound Feel Yoga 川口 | | 17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 大崎 | 17:30～18:30 骨中美人ヨガ 大崎 | 17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 佐々木 | |
| 19:00 | | | 19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 大崎 | 19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 開下 | 19:15～20:15 スタンダード60 川口 | 19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 佐々木 | | |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | | | 21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 大崎 | 21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 開下 | 21:00～22:00 SUMO YOGA 大崎 | 21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 佐々木 | | |
| 22:00 | | | | | | | | |

八戸店【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 | | | | | | | | |
| 11:00 | 10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 川口 | 10:30～11:30 スタンダード60 大崎 | | | 10:30～11:30 Sound Feel Yoga 川口 | 10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 開下 | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐々木 | |
| 12:00 | | | | | | | | |
| 13:00 | | | 12:15～13:15 スリムアッププレス 佐々木 | 12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 大崎 | 12:15～13:15 スタンダード60 川口 | 12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 佐々木 | 12:15～13:15 パワヨガAdvance (会員様限定)開下 | |
| 14:00 | 14:00～15:00 スタンダード60 川口 | 14:00～14:45 Best Drum Diet3.0 二の腹窓中Edition 佐々木 | | | 14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 大崎 | 14:00～15:00 はじめてのハーヨガ (会員様限定)開下 | 14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 開下 | |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | 15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐々木 | 15:45～16:45 骨中美人ヨガ 大崎 |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | | | 17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 大崎 | | 17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 佐々木 | 17:30～18:30 もも尻ヨガティス 開下 | 17:30～18:30 SUMO YOGA 大崎 | |
| 19:00 | 19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 大崎 | 19:15～20:15 ホットピラティス 開下 | 19:15～20:25 ディープレスヨガ 川口 | 19:15～20:15 ポールでゆがみヨガ 開下 | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | 21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 川口 | 21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 川口 | 21:00～22:00 スタンダード60 川口 | 21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 佐々木 | | | | |
| 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。

