

# 町田店【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			定休日					
10:00								
11:00	10:30～11:30 SUMO YOGA 鈴木	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 大村		10:30～11:30 背中美人ヨガ 小山	10:30～11:30 腸活ヨガ 大村		10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 鈴木	10:30～11:30 スタンダード60 大村
12:00								
13:00	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 小山	12:15～13:25 ディープブレスヨガ 鈴木		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 小山	12:15～13:15 ホットピラティス 大村		12:15～13:15 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 小山	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 鈴木
14:00	14:00～15:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 小山	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 大村		14:00～15:00 Sound Feel Yoga 鈴木	14:00～15:00 スタンダード60 小山		14:00～15:00 肩コリラクスヨガ 鈴木	14:00～15:00 もも戻りヨガ 大村
15:00								
16:00	15:45～16:45 はじめての「ハリー」 (会員様限定) 鈴木	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 鈴木						15:45～16:45 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 鈴木
17:00								
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 小山			17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 鈴木		17:30～18:30 アロマリラクゼーション HARVAL RELAX 小山	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 小山	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) 鈴木
19:00				19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 大村	19:45～20:15 アドバンス90 (会員様限定) 鈴木	19:15～20:15 スタンダード60 小山	19:15～20:15 スタンダード60 大村	
20:00								
21:00				21:00～22:00 スタンダード60 大村	21:00～22:00 ポールでゆがみとりヨガ 小玉	21:00～22:00 産せる身体をつくる ダイエットヨガ 小玉	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 大村	
22:00								

# 町田店【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		定休日					
10:00							
11:00	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 鈴木		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 鈴木	10:30～12:00 EX「ハリー」 (会員様限定) 鈴木		10:30～11:30 もも戻りヨガ 大村	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 リンパデトックスヨガ 小山		12:15～13:15 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 齊藤	12:45～13:45 腸活ヨガ 大村		12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 小山	12:15～13:15 アロマリラクゼーション HARVAL RELAX 鈴木
14:00	14:00～15:10 ディープブレスヨガ 鈴木		14:00～15:00 産せる身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木			14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 大村	14:00～15:00 スタンダード60 大村
15:00							
16:00	15:45～16:45 背中美人ヨガ 小山						15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 鈴木
17:00							
18:00			17:30～18:30 スタンダード60 小玉	17:30～18:30 ホットピラティス 大村	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 内藤	17:30～18:40 ディープブレスヨガ 鈴木	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 大村
19:00							
20:00			19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 大村	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 小山	19:15～20:15 スリムアップブレス 鈴木	19:15～20:15 ポールでゆがみとりヨガ 小山	
21:00			21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 大村	21:00～22:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 小山	21:00～22:00 肩コリラクスヨガ 内藤	21:00～22:00 はじめての「ハリー」 (会員様限定) 鈴木	
22:00							

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-989 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が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【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 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小山		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 鈴木	10:30～11:30 SUMO YOGA 鈴木		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 大村	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 小玉	10:30～11:30 スタンダード60 大村
12:00								
13:00	12:15～13:15 ボールでゆがみトリック 大村		12:15～13:15 スリムアッププレス 鈴木	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 小玉		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 岩村	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 大村	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 小山
14:00	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 スタンダード60 小玉	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 鈴木		14:00～15:00 スタンダード60 小玉	14:00～15:00 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)鈴木	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 大村
15:00								
16:00	15:45～16:45 ホットピラティス 大村						15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鈴木	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 小山
17:00			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 大村		17:30～18:30 Sound Feel Yoga 鈴木	17:30～19:00 EXハリーヨガ (会員様限定)鈴木	17:30～18:30 ボールでゆがみトリック 大村	
18:00								
19:00			19:15～20:15 背中美人ヨガ 小山	19:15～20:15 スタンダード60 大村	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 小山	19:30～20:15 BEAT CORE HIT 小山		
20:00								
21:00			21:00～22:00 腸活ヨガ 大村	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腸育中Edition 小山	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)小山	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 鈴木		
22:00								

## 町田店【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		10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定)鈴木	10:30～11:30 ボールでゆがみトリック 大村		10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腸育中Edition 大村	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 小山	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 大村	
12:00								
13:00		12:45～13:45 肩コリラックスヨガ 鈴木			12:15～13:15 腸活ヨガ 小玉	12:15～13:00 BEAT CORE HIT 小山	12:15～13:15 スタンダード60 小山	
14:00					14:00～15:00 ホットピラティス 大村	14:00～15:00 ボールでゆがみトリック 大村	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 大村	
15:00		14:30～15:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 小玉						
16:00						15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 小山	15:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)小山	
17:00								
18:00		17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 小山	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 鈴木	17:30～18:30 ダイエットヨガ 瀬藤	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小山	17:30～18:30 スタンダード60 大村		
19:00								
20:00		19:15～20:15 もも尻ヨガティス 大村	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 小山	19:15～20:15 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)鈴木	19:15～20:15 スタンダード60 小玉			
21:00		21:00～22:00 スタンダード60 小山	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小山	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 瀬藤	21:00～22:00 背中美人ヨガ 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 : 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。

