

前橋店【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 スタンダード60 森	10:30～11:30 SUMO YOGA 金井		10:30～11:30 スリムアップブレス 森	10:30～11:30 免疫セラビーヨガ 丹羽		10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 金井	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 鈴木
12:00	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 金井	12:15～13:15 スタンダード60 森		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 鈴木	12:15～13:15 ダイエットヨガ 鈴木		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 金井	12:15～13:15 腸活ヨガ 森
13:00								
14:00	14:00～15:00 ホットピラティス 鈴木	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 金井		14:00～15:00 スタンダード60 森	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 丹羽		14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 鈴木	14:00～15:00 スタンダード60 森
15:00								
16:00	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 金井	15:45～16:45 スリムアップブレス 森						15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 鈴木
17:00	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 鈴木			17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 丹羽			17:30～18:30 背中美人ヨガ 金井	17:15～18:45 アドバンス90 (会員様限定) 丹羽
18:00								
19:00								
20:00								
21:00								
22:00								

定
休
日

前橋店【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 美姿勢 アンチエイジングヨガ 鈴木		10:30～11:30 Sound Feel Yoga 金井	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 金井		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 金井	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 鈴木
12:00	12:15～13:15 スリムアップブレス 森			12:15～13:15 スタンダード60 森	12:15～13:15 はじめてのパワヨガ (会員様限定)鈴木	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 丹羽	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 中野
13:00							
14:00	14:00～15:00 はじめてのパワヨガ (会員様限定)鈴木		14:00～15:00 腸活ヨガ 森			14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 金井	14:00～15:00 スタンダード60 森
15:00							
16:00	15:45～16:45 スタンダード60 森						15:45～16:45 ダイエットヨガ 中野
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							
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。



前橋店【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 スタンダード60 森		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 鈴木	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 丹羽		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鈴木	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)金井	10:30～11:30 腸活ヨガ 森
12:00								
13:00			12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 鈴木	12:15～13:15 ホットピラティス 鈴木	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 丹羽	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 金井	12:15～13:15 腸活ヨガ 森	12:15～13:15 SUMO YOGA 金井
14:00	14:00～15:00 腸活ヨガ 森		14:00～15:00 スタンダード60 森	14:00～15:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 鈴木		14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 鈴木	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 金井	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 金井
15:00								
16:00	15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 鈴木						15:45～16:45 スリムアッププレス 森	15:45～16:45 スタンダード60 森
17:00								
18:00			17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 丹羽		17:30～18:30 ポールでやがみとりヨガ 丹羽	17:30～18:30 スタンダード60 森	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 丹羽	
19:00			19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 金井	19:00～20:00 腸活ヨガ 森	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 金井	19:15～20:15 スリムアッププレス 森		
20:00								
21:00	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)丹羽		21:00～22:00 背中奥人ヨガ 金井		21:00～22:10 ディープレスヨガ 鈴木	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 丹羽		
22:00								

前橋店【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 セルトル美脚ヨガ 金井	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 鈴木		10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 丹羽	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)丹羽	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 鈴木	
12:00								
13:00		12:15～13:15 スタンダード60 森	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 金井		12:15～13:15 青中美人ヨガ 金井	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鈴木	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 金井	
14:00		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 金井			14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 丹羽	14:00～16:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 丹羽	
15:00							15:45～16:45 ポールでやがみとりヨガ 丹羽	15:45～17:15 EXパワーヨガ (会員様限定) 鈴木
16:00								
17:00		17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 鈴木		17:00～18:30 アドバンス90 (会員様限定) 丹羽	17:20～18:30 ディープレスヨガ 森	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 鈴木	17:30～18:30 スリムアッププレス 森	
18:00								
19:00		19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 鈴木	19:15～20:15 腸活ヨガ 森	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 金井	19:15～20:15 スタンダード60 森			
20:00								
21:00	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 丹羽	21:00～22:00 スリムアッププレス 森	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 金井	21:00～21:45 BEAT CORE HIT 鈴木				
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。

