

京都四条店【11月1日～11月8日スケジュール】

2022年 10月 30日更新

	11月1日(火)	11月2日(水)	11月3日(木)	11月4日(金)	11月5日(土)	11月6日(日)	11月7日(月)	11月8日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:40 ディープレスヨガ 藤田	10:30～11:30 ダイエットヨガ 北沢	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 清水	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイコットヨガ 吉岡	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 藤田	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 北川	10:30～11:30 ホットピラティス 北川	
12:00	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 吉岡	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 吉岡	12:15～13:15 もも戻ヨガティス 北沢	12:15～13:15 はじめてのハーヨガ (会員様限定)清水	12:15～13:15 スタンダード60 清水	12:15～13:15 ダイエットヨガ 北沢	12:15～13:15 スタンダード60 清水	
13:00								
14:00	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 藤田		14:00～15:00 青中美人ヨガ 清水	14:00～16:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 吉岡	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 北沢	14:00～16:00 肩活ヨガ 北沢	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 北川	
15:00								
16:00			15:45～16:45 肩活ヨガ 吉岡		15:45～16:45 スリムアッププレス 藤田	15:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)奥田		
17:00								
18:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 北川	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 奥田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 北川	17:30～18:30 ホットピラティス 北沢	17:30～18:30 青盤矯正ヨガ 奥田	17:30～18:30 もも戻ヨガティス 藤田	17:30～18:30 もも戻ヨガティス 藤田	
19:00	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 北沢	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 吉岡			19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 北川		19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 吉岡	
20:00								
21:00	20:50～21:50 スタンダード60 北沢	20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 奥田			20:50～21:35 BEAT CORE HIIT 北沢		20:50～21:50 肩コリラックスヨガ 藤田	
22:00								

京都四条店【11月9日～11月15日スケジュール】

	11月9日(水)	11月10日(木)	11月11日(金)	11月12日(土)	11月13日(日)	11月14日(月)	11月15日(火)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 奥田		10:30～11:30 はじめてのハーヨガ (会員様限定)清水	10:30～11:30 青中美人ヨガ 清水	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 北川	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 吉岡	
12:00	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 北川		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 北川	12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 藤田	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 北沢	12:15～13:15 はじめてのハーヨガ (会員様限定)清水	
13:00							
14:00			14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 清水	14:00～15:00 スタンダード60 吉岡	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 吉岡	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 吉岡	
15:00							
16:00							
17:00	17:00～18:30 アドバンス90 (会員様限定) 北川			17:30～18:30 スタンダード60 北沢	17:30～18:30 肩活ヨガ 吉岡	17:30～18:30 スタンダード60 奥田	
18:00							
19:00	19:15～20:15 はじめてのハーヨガ (会員様限定)清水	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 藤田	19:15～20:15 スリムアッププレス 北川			19:15～20:15 ダイエットヨガ 北沢	
20:00							
21:00	20:50～21:50 スタンダード60 吉岡	20:50～21:50 ボールでゆがみとりヨガ 藤田	20:50～21:50 美ボディフロー ピラティス 北沢			20:50～21:50 ホットピラティス 奥田	
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。



京都四条店【11月16日～11月23日スケジュール】

	11月16日(水)	11月17日(木)	11月18日(金)	11月19日(土)	11月20日(日)	11月21日(月)	11月22日(火)	11月23日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 吉岡		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 北沢	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)清水	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 藤田		10:30～11:30 SUMO YOGA 奥田	10:30～11:30 ポールでゆがみとりヨガ 藤田
12:00			12:15～13:15 スタンダード60 清水	12:15～13:15 背中美人ヨガ 清水	12:15～13:45 EXパワーヨガ (会員様限定) 奥田		12:15～13:15 スリムアッププレス 藤田	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 北川
13:00								
14:00			14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 北沢	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 北川	14:30～15:30 ポールでゆがみとりヨガ 藤田		14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 奥田	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 藤田
15:00								
16:00					15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 吉岡			15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 清水
17:00					16:15～17:00 BEAT CORE HIIT 北沢			
18:00	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の脚集中Edition 奥田	17:30～18:30 脚活ヨガ 吉岡	17:30～18:30 スリムアッププレス 北川	17:30～18:30 スタンダード60 北沢		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 吉岡	17:30～18:30 ホットピラティス 北川	
19:00								
20:00	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 藤田	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 北川	19:15～20:15 ポールでゆがみとりヨガ 藤田			19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 北川		
21:00	20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 奥田	20:50～21:50 Sound Feel Yoga 吉岡	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 北沢			20:50～21:50 脚活ヨガ 吉岡		
22:00								

定
休
日

京都四条店【11月24日～11月30日スケジュール】

	11月24日(木)	11月25日(金)	11月26日(土)	11月27日(日)	11月28日(月)	11月29日(火)	11月30日(水)
9:00							
10:00							
11:00		10:30～11:30 スタンダード60 清水	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 清水	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 北沢		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 北沢	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 北川
12:00							
13:00		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)奥田	12:15～13:00 Best Drum Diet3.0 二の脚集中Edition 吉岡	12:15～13:15 脚活ヨガ 吉岡		12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)清水	12:45～13:45 骨盤矯正ヨガ 北沢
14:00						14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 北川	
15:00						14:00～16:00 もも尻ヨガティス 北川	
16:00							
17:00							
18:00	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)清水	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 北沢	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 北川		17:30～18:30 脚活ヨガ 北沢	17:30～18:30 背中美人ヨガ 清水	
19:00							
20:00	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 奥田	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 北沢			19:15～20:15 スタンダード60 吉岡	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 奥田	
21:00	20:50～21:50 スタンダード60 清水	20:50～21:50 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 吉岡			20:50～21:50 美ボディフロー ピラティス 北沢	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 清水	
22:00							

定
休
日

オンライン講座・ワークショップのご案内

- ◆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。

オンラインワークショップの詳細は

