

山形店【11月1日～11月8日スケジュール】

2022年 11月 3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	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 北川	10:30～11:30 スタンダード60 小泉	10:30～11:15 Best Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 北川	10:30～11:30 パワーコガAdvance (会員様限定)石栗	10:30～11:15 BEAT CORE HIT 石栗	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 石栗	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 石栗	
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 小泉	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 升田	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 升田	12:15～13:15 スタンダード60 升田	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 升田	12:15～13:15 ダイエットヨガ 北川	12:15～13:15 スタンダード60 小泉	
13:00								
14:00	14:00～16:00 ダイエットヨガ 北川	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 升田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 北川	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 石栗	14:00～15:00 スタンダード60 小泉	14:00～16:00 もも尻ヨガティス 石栗	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 石栗	
15:00								
16:00			15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 升田		15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 石栗	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 北川		
17:00								
18:00	17:30～19:30 美ボディフロー ピラティス 石栗		17:30～18:30 スタンダード60 小泉	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 升田	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 升田		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 北川	
19:00	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 升田	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 北川		19:15～20:15 スタンダード60 小泉			19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 升田	
20:00								
21:00	21:00～22:00 背中美人ヨガ 石栗	21:00～22:00 スタンダード60 北川		21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 升田			21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 北川	
22:00								

山形店【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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 北川		10:30～11:30 Sound Feel Yoga 北川	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 升田	10:30～11:30 背中美人ヨガ 石栗	10:30～11:30 スリムアップブレス 石栗	
12:00	12:15～13:15 パワーコガAdvance (会員様限定)石栗		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 升田	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 石栗	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 北川	12:15～13:15 スタンダード60 小泉	
13:00							
14:00			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 北川	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 升田	14:00～15:00 スタンダード60 小泉	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 石栗	
15:00							
16:00							
17:00							
18:00			17:30～18:30 スタンダード60 小泉	17:30～18:30 はじめてのパワーコガ (会員様限定)石栗	17:30～18:30 スリムアップブレス 石栗	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 北川	
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 小泉	19:15～20:15 ダイエットヨガ 北川	19:15～20:15 ボルダリングヨガ 石栗		15:45～16:30 Best Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 北川	19:15～20:15 スタンダード60 小泉	
20:00							
21:00	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 升田	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 北川	21:00～22:00 スタンダード60 小泉			21:00～22:00 Sound Feel Yoga 北川	
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。



山形店【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 ボールでゆがみヨガ 石栗			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 石栗	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 北川	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 石栗	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 石栗
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 小泉			12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 升田	12:15～13:15 スタンダード60 升田	12:15～13:15 ボールでゆがみヨガ 石栗	12:15～13:15 スタンダード60 小泉	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 北川
13:00								
14:00	14:00～15:30 EX/パワーヨガ (会員様限定) 石栗			14:00～15:00 ダイエットヨガ 北川	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 北川	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 北川	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 石栗	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 升田
15:00								
16:00					15:45～16:45 青中美人ヨガ 石栗	15:45～17:15 アドバイス90 (会員様限定) 石栗		15:45～16:45 スタンダード60 小泉
17:00								
18:00				17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 石栗	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 石栗	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 北川	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 升田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 北川
19:00	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 北川	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 升田	19:15～20:15 スタンダード60 小泉				19:15～20:15 ダイエットヨガ 北川	
20:00								
21:00	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 石栗	21:00～22:00 スタンダード60 小泉	21:00～22:00 スリムアッププレス 石栗				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 北川	
22:00								

定
休
日

山形店【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 肩コリラックスヨガ 石栗	10:30～11:30 SUMO YOGA 石栗	10:30～11:30 ダイエットヨガ 北川		10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 升田	10:30～11:30 スタンダード60 小泉
12:00							
13:00		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 北川	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 升田	12:15～13:15 スタンダード60 小泉		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 北川	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 升田
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00		17:30～18:30 スタンダード60 升田	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 升田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 北川		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 北川	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 北川
19:00							
20:00							
21:00	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 石栗	19:15～20:15 スタンダード60 小泉				19:15～20:15 スタンダード60 小泉	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 升田
22:00							

定
休
日

オンライン講座のご案内

- ◆あなたの本質を開くRYT300オンライン講座
- ◆無料オンライン説明会

:ヨガもっと知りたい、上達したい方向けの、資格が取得できる講座です。

:あなたの本質を開くRYT300オンライン講座の無料説明会です。

興味がある方、詳細が知りたい方、ご不安な点がある方はお気軽にご参加ください。

オンラインワークショップの詳細は

