

和歌山店【2月1日～2月8日スケジュール】

2023年2月24日更新

	2月1日(水)	2月2日(木)	2月3日(金)	2月4日(土)	2月5日(日)	2月6日(月)	2月7日(火)	2月8日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 上村	10:30～11:20 全身引締めMAX 米倉	10:30～11:30 はじめてのハ「ワ」-ヨガ (会員様限定)毛利	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 西川	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 上村		10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)梅原	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 上村
12:00	12:00～12:45 BEAT CORE HIIT 梅原	12:00～13:00 免疫セラピーヨガ 米倉	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 米倉	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 毛利	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 米倉		12:00～13:00 腸活ヨガ 梅原	12:00～13:00 ホットピラティス 上村
13:00								
14:00	13:30～14:30 ポールでゆがみとりヨガ 梅原	13:30～15:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 西川	13:30～14:30 背中美人ヨガ 米倉	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 上村	14:00～14:50 全身引締めMAX 米倉		13:30～14:30 スタンダード60 米倉	13:30～14:15 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 米倉
15:00	15:00～16:00 ダイエットヨガ 上村		15:00～16:00 肩こりリラックスヨガ 毛利	15:30～17:00 アドバンス90 (会員様限定) 梅原	15:45～16:45 スタンダード60 上村		15:00～16:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 米倉	
16:00								
17:00								
18:00	18:00～19:10 ティーアッププレスヨガ 西川	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 上村	18:00～19:00 Sound Feel Yoga 西川	17:30～18:30 ダイエットヨガ 上村			18:00～19:00 もも尻ヨガティス 上村	18:00～19:00 ココロカラダリセットヨガ 中筋
19:00								
20:00	19:30～20:30 エアロピヨガ 尾野	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 西川	19:30～20:30 ホットピラティス 上村				19:30～20:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 西川	19:30～20:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)西川
21:00	21:00～22:00 フェイスアップヨガ 西川	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 上村	21:00～22:00 腸活ヨガ 西川				21:00～22:00 スリムアッププレス 西川	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 西川
22:00								

定休日

和歌山店【2月9日～2月15日スケジュール】

	2月9日(木)	2月10日(金)	2月11日(土)	2月12日(日)	2月13日(月)	2月14日(火)	2月15日(水)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 スリムアッププレス 西川	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 中筋	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 上村	10:30～12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 西川		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 毛利	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 毛利
12:00	12:00～13:00 ポールでゆがみとりヨガ 西川	12:00～13:00 エアロピヨガ 西川	12:15～13:15 肩こりリラックスヨガ 上村	12:30～13:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 西川		12:00～13:00 Sound Feel Yoga 毛利	12:00～13:00 ココロカラダリセットヨガ 西川
13:00							
14:00	13:30～14:20 全身引締めMAX 米倉	13:30～14:30 フェイスアップヨガ 西川	14:00～14:50 全身引締めMAX 米倉	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 米倉		13:30～14:30 スタンダード60 上村	13:30～14:15 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 米倉
15:00		15:00～16:00 ホットピラティス 上村				15:00～16:00 ダイエットヨガ 上村	15:00～16:00 腸活ヨガ 西川
16:00			15:45～16:45 スタンダード60 米倉	15:45～16:45 免疫セラピーヨガ 米倉			
17:00							
18:00	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 上村	18:00～19:00 背中美人ヨガ 米倉	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 中筋			18:00～19:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 西川	18:00～19:00 スタンダード60 上村
19:00	19:00～20:30 アドバンス90 (会員様限定) 中筋	19:30～20:30 骨盤矯正ヨガ 米倉	19:00～19:45 BEAT CORE HIIT 毛利			19:30～20:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 米倉	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 上村
20:00							
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 上村	21:00～22:00 ダイエットヨガ 上村				21:00～21:50 全身引締めMAX 米倉	21:00～22:00 はじめてのハ「ワ」-ヨガ (会員様限定)中筋
22:00							

定休日

【お問い合わせコールセンター】 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。



和歌山店【2月16日～2月23日スケジュール】

	2月16日(木)	2月17日(金)	2月18日(土)	2月19日(日)	2月20日(月)	2月21日(火)	2月22日(水)	2月23日(木)
9:00					定 休 日			
10:00								
11:00	10:30～11:30 ホットピラティス 上村	10:30～11:30 背中美人ヨガ 米倉	10:30～11:30 スタンダード60 上村	10:30～11:30 エアロビヨガ 西川		10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)西川	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 毛利	10:30～11:30 スリムアッププレス 西川
12:00	12:00～13:00 スタンダード60 上村	12:00～13:00 免疫セラピーヨガ 米倉	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 上村	12:15～13:15 フェイスアップヨガ 西川		12:00～13:00 腫トレ ビューティーヨガ 米倉	12:00～12:45 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 米倉	12:15～13:25 ディーププレスヨガ 西川
13:00								
14:00	13:30～14:30 ボールでゆがみとりヨガ 毛利	13:30～14:30 もも尻ヨガティス 上村	14:00～15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)毛利	14:00～15:00 スタンダード60 米倉		13:30～14:20 全身引締めMAX 米倉	13:30～14:30 骨盤矯正ヨガ 米倉	14:00～15:00 ホットピラティス 上村
15:00	15:00～16:00 セルトル美脚ヨガ 毛利	15:00～16:00 リンパデトックスヨガ 上村				15:00～16:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 西川		
16:00			15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 米倉	15:45～16:45 疲せる身体をつくる ダイエットヨガ 米倉				15:45～16:35 全身引締めMAX 米倉
17:00								
18:00	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 毛利	18:00～19:00 腸活ヨガ 西川	17:30～18:20 全身引締めMAX 米倉			18:00～19:00 ダイエットヨガ 上村	17:30～19:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 西川	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 米倉
19:00			19:00～20:00 ボールでゆがみとりヨガ 毛利					19:00～20:00 リンパデトックスヨガ 上村
20:00	19:30～20:30 エアロビヨガ 西川	19:30～20:30 スタンダード60 毛利				19:30～20:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)毛利	19:30～20:30 スタンダード60 上村	
21:00	21:00～22:00 フェイスアップヨガ 西川	21:00～22:00 スリムアッププレス 西川				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 上村	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 上村	
22:00								

和歌山店【2月24日～2月28日スケジュール】

	2月24日(金)	2月25日(土)	2月26日(日)	2月27日(月)	2月28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 西川	10:30～11:15 BEAT GORE HIIT 毛利	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 上村		10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)毛利
12:00	12:00～13:00 背中美人ヨガ 米倉	12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 毛利	12:15～13:05 全身引締めMAX 米倉		12:00～13:00 フェイスアップヨガ 西川
13:00					
14:00	13:30～14:30 腫トレ ビューティーヨガ 米倉	13:45～15:15 EXパワーヨガ (会員様限定) 西川	14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 米倉		13:30～14:30 エアロビヨガ 西川
15:00	15:00～16:00 エアロビヨガ 西川				15:00～16:00 スタンダード60 毛利
16:00		15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 西川	15:45～16:45 もも尻ヨガティス 上村		
17:00		17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 毛利			
18:00	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 上村				18:00～19:00 骨盤矯正ヨガ 米倉
19:00					
20:00	19:30～20:30 ダイエットヨガ 上村				19:30～20:30 全身引締めMAX 米倉
21:00	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 毛利				21:00～22:00 腫トレ ビューティーヨガ 米倉
22:00					

オンライン講座のご案内

- ◆もっとわたしを好きになるRYT200オンライン講座
- ◆ボディメイクワークショップ
- ◆瞑想指導者養成講座

：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
：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
：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

オンラインワークショップの詳細は
こちらから♪

