

## 京都四条店【2月1日～2月8日スケジュール】

2023年 1月20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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 清水		10:30～11:30 スタンダード60 吉岡	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 吉岡	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 奥田		10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 北沢	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 北川
12:00	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)奥田						12:15～13:15 SUMO YOGA 奥田	
13:00								
14:00				14:00～15:00 エアロビヨガ 吉岡	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 北沢	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)奥田		14:00～15:00 腸活ヨガ 北沢
15:00								
16:00					15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 吉岡	15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 奥田		
17:00								
18:00	17:30～18:30 ホットピラティス 北沢	17:30～18:30 腸活ヨガ 吉岡	17:30～18:40 ディーププレスヨガ 奥田	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 北沢		17:30～18:30 もも房ヨガティス 北川	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 奥田	
19:00	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 吉岡		19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 清水	19:15～20:15 ダイエットヨガ 北沢			19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 清水	19:15～20:15 スタンダード60 吉岡
20:00								
21:00	20:50～21:50 免疫セラピーヨガ 北沢	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 肩コリラックスヨガ 奥田			20:50～21:50 スタンダード60 北川	20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 奥田
22:00								

定  
休  
日

## 京都四条店【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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 清水	10:30～11:30 スリムアッププレス 北川	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 吉岡		10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)奥田	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 北川
12:00							
13:00		12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 北沢	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 奥田	12:15～13:15 スタンダード60 北沢		12:15～13:15 エアロビヨガ 吉岡	12:15～13:15 スタンダード60 清水
14:00							
15:00							
16:00							
17:00	17:00～18:00 ボールでゆがみとりヨガ 奥田	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 吉岡	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 奥田	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 奥田	14:00～15:00 スリムアッププレス 北川		
18:00							
19:00	18:45～20:15 EXパワーヨガ (会員様限定) 奥田	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 北沢				17:30～18:30 腸活ヨガ 北沢	17:30～18:20 全身引締MAX 奥田
20:00							
21:00	20:50～21:50 フェイスアップヨガ 奥田	20:50～21:50 スタンダード60 吉岡				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 奥田	19:15～20:15 ダイエットヨガ 北沢
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【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								
10:00								
11:00		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 奥田	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 北川	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 北川		10:30～11:30 スタンダード60 北川	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 清水	10:30～11:20 全身引締MAX 奥田
12:00								
13:00		12:15～13:15 ホットピラティス 奥田	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 奥田	12:45～13:45 リンパデトックスヨガ 北沢		12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 奥田	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 北川	12:15～13:15 スタンダード60 北川
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 清水	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 清水	14:30～15:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 北川		14:00～15:00 スリムアップブレス 北川		14:00～15:00 脚トレ ピューティヨガ 北沢
15:00								
16:00				15:45～16:45 スタンダード60 北川	16:15～17:00 BEAT CORE HIT 北沢			15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 北川
17:00								
18:00		17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 奥田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 吉岡	17:30～18:30 ポールでゆがみとりヨガ 奥田		17:30～18:30 スタンダード60 清水	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 奥田	17:30～18:30 ダイエットヨガ 北沢
19:00		19:15～20:05 全身引締MAX 奥田	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 北川			19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)奥田	19:15～20:05 全身引締MAX 奥田	
20:00								
21:00		20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 奥田	20:50～21:50 エアロビヨガ 吉岡			20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 清水	20:50～21:50 セルトル美脚ヨガ 奥田	
22:00								

定  
休  
日

## 京都四条店【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 肩コリラックスヨガ 奥田	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 北川	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 北沢	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 奥田
12:00					
13:00		12:15～13:15 スタンダード60 北沢	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 吉岡	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 吉岡	12:15～13:15 スタンダード60 未定
14:00		14:00～14:50 全身引締MAX 奥田	14:00～15:00 スタンダード60 未定	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 北沢	14:00～15:10 ディープレスヨガ 奥田
15:00					
16:00					
17:00		17:00～18:00 脚トレ ピューティヨガ 北沢	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 吉岡		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 吉岡
18:00					
19:00		18:45～19:45 スタンダード60 未定			19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 奥田
20:00					
21:00		20:20～21:50 EXパワーヨガ (会員様限定) 奥田			20:50～21:50 エアロビヨガ 吉岡
22:00					

定  
休  
日

### 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♪

