

NU茶屋町店【2月1日～2月8日スケジュール】

2023年 1月 15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 腸活ヨガ 奥田			10:30～11:30 スリムアッププレス 愛須	10:30～11:40 ディープレスヨガ 愛須	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 川野	10:30～11:20 全身引摺MAX 奥田	10:30～11:30 スタンダード60 川野
12:00								10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 石川
13:00				12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 石川	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕膏中Edition 石川	12:15～13:15 背中美人ヨガ 石川	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 川野	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 奥田
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 奥田			14:00～15:00 スタンダード60 愛須	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 奥田	14:00～15:00 ホットピラティス 川野	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 石川	14:00～15:00 エアロビヨガ 川野
15:00								
16:00					15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 愛須	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 石川		
17:00				17:30～18:30 もも尻ヨガティス 愛須	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 川野	17:30～18:30 ダイエットヨガ 奥田		17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)愛須
18:00				18:30～19:40 ディープレスヨガ 愛須				17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 川野
19:00				19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 奥田	19:15～20:15 はじめてのパワヨガ (会員様限定)石川		19:15～20:15 スタンダード60 石川	19:15～20:15 スリムアッププレス 愛須
20:00	20:20～21:50 アドバンス90 (会員様限定) 石川			20:50～21:50 スタンダード60 愛須	20:50～21:50 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 川野		20:50～21:50 肩コリラックスヨガ 愛須	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 川野
21:00								
22:00								

NU茶屋町店【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 リンパデトックスヨガ 奥田	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 愛須	10:30～11:30 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ 川野		10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 川野	10:30～11:20 全身引摺MAX 奥田
12:00							
13:00		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)愛須	12:15～13:05 全身引摺MAX 奥田	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 石川		12:15～13:15 スリムアッププレス 愛須	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 愛須
14:00							
15:00		14:00～15:00 Sound Feel Yoga 奥田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 川野	14:00～15:00 スタンダード60 愛須		14:00～15:00 はじめてのパワヨガ (会員様限定)川野	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 奥田
16:00							
17:00							
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 奥田	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 川野	17:30～18:30 エアロビヨガ 川野			17:30～18:30 腸活ヨガ 奥田	
19:00							
20:00		19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 石川	19:15～20:15 背中美人ヨガ 石川			19:15～20:15 スタンダード60 石川	19:15～20:15 エアロビヨガ 川野
21:00		20:50～21:40 全身引摺MAX 奥田	20:50～21:50 はじめてのパワヨガ (会員様限定)川野			20:50～21:50 ダイエットヨガ 奥田	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 石川
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。



NU茶屋町店【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 SUMO YOGA 奥田	10:30～11:30 スタンダード60 石川	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 川畠			10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 石川	10:30～11:30 ダイエットヨガ 奥田
12:00		12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 川畠	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 奥田	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 石川			12:15～13:05 全身引締MAX 奥田	12:15～13:15 スタンダード60 石川
13:00								
14:00		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 奥田	14:00～15:00 エアロビヨガ 矢野	14:30～15:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 奥田			14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 奥田	
15:00								
16:00					15:45～16:45 背中美人ヨガ 石川		15:45～16:45 はじめてのハ'リ-ヨガ (会員様限定)石川	
17:00					16:00～17:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 石川			
18:00		17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 愛須	17:30～18:30 スタンダード60 愛須	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 矢野			17:30～18:40 ティープレスヨガ 愛須	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 奥田
19:00								
20:00		19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 石川	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 石川				19:15～20:15 ホットピラティス 奥田	
21:00		20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 愛須	20:50～21:50 美ボディフロー ピラティス 愛須				20:50～21:50 腰トレ ピューティヨガ 愛須	
22:00								

NU茶屋町店【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 免疫セラピーヨガ 石川	10:30～11:30 スタンダード60 愛須	10:30～11:30 エアロビヨガ 高木	10:30～11:30 腸活ヨガ 奥田
12:00					
13:00		12:15～13:15 ホットピラティス 愛須	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 奥田	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 石川	12:15～13:15 背中美人ヨガ 石川
14:00		14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 石川	14:00～15:00 腰トレ ピューティヨガ 愛須	14:00～15:00 スタンダード60 石川	14:00～14:50 全身引締MAX 奥田
15:00					
16:00		15:45～16:45 SUMO YOGA 奥田	15:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高木		
17:00					
18:00		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 奥田	17:30～18:30 はじめてのハ'リ-ヨガ (会員様限定)愛須		17:30～18:30 腰トレ ピューティヨガ 愛須
19:00		19:15～20:15 スリムアッププレス 愛須			19:15～20:15 はじめてのハ'リ-ヨガ (会員様限定)石川
20:00					
21:00		20:50～21:40 全身引締MAX 奥田			20:50～21:50 スタンダード60 愛須
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

オンラインワークショップの詳細は

- :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、それ出会い系の方法を実践を通して身につけていく講座

