

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 奥田	10:30～11:40 ディーププレスヨガ 奥田	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 川野	10:30～11:20 全身引締MAX 奥田	10:30～11:30 スタンダード60 川野	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 石川
12:00								
13:00	12:15～13:15 エアロビヨガ 川野		12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 石川	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 石川	12:15～13:15 背中美人ヨガ 石川	12:15～13:15 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 川野	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 奥田	12:45～13:45 セルトル美脚ヨガ 奥田
14:00	14:00～15:00 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX 奥田		14:00～15:00 スタンダード60 奥田	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 奥田	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 石川			
17:00								
18:00		17:30～18:30 もも尻ヨガティス 奥田	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)奥田	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 川野
19:00	18:30～19:40 ディーププレスヨガ 奥田							
20:00		19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 奥田	19:15～20:15 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)石川			19:15～20:15 スタンダード60 石川	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 奥田	19:15～20:15 スリムアッププレス 奥田
21:00	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 奥田	20:50～21:50 産後ボディをつくる ダイエットヨガ 川野			20:50～21:50 Sound Feel Yoga 川野	20:50～21:50 肩コリラクスヨガ 奥田	20:50～21:50 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 川野
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 奥田	10:30～11:30 産後ボディをつくる 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 全身引締MAX 奥田
12:00							
13:00		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)奥田	12:15～13:05 全身引締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 奥田	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 奥田
14:00		14:00～15:00 Sound Feel Yoga 奥田	14:00～15:00 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 川野	14:00～15:00 スタンダード60 奥田		14:00～15:00 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)川野	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 肩コリラクスヨガ 奥田	15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 石川			
17:00							
18:00	17:30～18:30 アロマリラクゼーション 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 全身引締MAX 奥田	20:50～21:50 はじめての「ハワーク」 (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。

◆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生体時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。

レッスンのWEB予約はこちらから♪



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 川畑			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 川畑	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 二の腕育中Edition 奥田				14:00～15:00 ポ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	16:00～17:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 石川				15:45～16:45 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)石川
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 スタンダード60 奥田	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 矢野				17:30～18:40 ディープブレスヨガ 奥田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 奥田
19:00	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	
20:00								
21:00	20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 奥田	20:50～21:50 美ボディフロー ピラティス 奥田					20:50～21:50 腹トレ ビューティーヨガ 奥田	
22:00								

定休日

ビル休館日

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 奥田	10:30～11:30 エアロビヨガ 奥田		10:30～11:30 腸活ヨガ 奥田
12:00	12:15～13:15 ホットピラティス 奥田	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
13:00					
14:00	14:00～14:45 BEAT CORE HIT 石川	14:00～15:00 腹トレ ビューティーヨガ 奥田	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 奥田		
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 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)奥田			17:30～18:30 腹トレ ビューティーヨガ 奥田
19:00	19:15～20:15 スリムアッププレス 奥田				19:15～20:15 はじめてのハリーヨガ (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 奥田
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

