

町田店【4月1日～4月8日スケジュール】

2023年 3月 15日更新

	4月1日(土)	4月2日(日)	4月3日(月)	4月4日(火)	4月5日(水)	4月6日(木)	4月7日(金)	4月8日(土)	
9:00			定 休 日						
10:00									
11:00	10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 鈴木	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小山			10:30～11:30 ホットピラティス 長谷部	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 小山		10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 鈴木	10:30～11:30 肩コリリラックスヨガ 長谷部
12:00									
12:15	12:15～13:15 スタンダード60 小玉	12:15～13:15 SUMO YOGA 小玉			12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 長谷部	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 鈴木		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 鈴木	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 鈴木
13:00									
14:00	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小山	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 小山			14:00～15:00 背中美人ヨガ 小玉			14:00～15:00 スタンダード60 長谷部	14:00～15:00 腸活ヨガ 小玉
15:00									
16:00	15:45～16:45 もも尻ヨガティス 小玉	15:45～16:55 ディープブレスヨガ 長谷部							15:45～16:45 はじめての「ハーブヨガ」 (会員様限定)鈴木
17:00									
18:00	17:30～18:30 ココカラダリセットヨガ 小山			17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 鈴木	17:30～18:30 スタンダード60 長谷部	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)鈴木	17:30～18:30 腫トレ ビューティーヨガ 小玉	17:30～18:30 スタンダード60 小玉	
19:00				19:15～20:15 エアロビヨガ 小山	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 鈴木	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長谷部	19:15～20:15 スリムアップブレス 長谷部		
20:00									
21:00				21:00～22:00 フェイスアップヨガ 小山	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 長谷部	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 長谷部	21:00～22:00 ポールでゆがみとりヨガ 小玉		
22:00									

町田店【4月9日～4月15日スケジュール】

	4月9日(日)	4月10日(月)	4月11日(火)	4月12日(水)	4月13日(木)	4月14日(金)	4月15日(土)	
9:00		定 休 日						
10:00								
11:00	10:30～11:30 スリムアップブレス 鈴木			10:30～11:30 スタンダード60 小玉	10:30～11:30 ポールでゆがみとりヨガ 小玉		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長谷部	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)鈴木
12:00				12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 鈴木	12:15～13:25 ディープブレスヨガ 鈴木		12:15～13:15 腸活ヨガ 小玉	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 長谷部
13:00								
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鈴木			14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 小玉	14:00～15:00 はじめての「ハーブヨガ」 (会員様限定)小玉		14:00～15:00 エアロビヨガ 長谷部	14:00～15:00 スタンダード60 小山
15:00								
16:00	15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 小玉							15:45～16:45 エアロビヨガ 小山
17:00								
18:00				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 鈴木		17:30～18:30 腫トレ ビューティーヨガ 小玉	17:30～19:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 小玉	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 長谷部
19:00			19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 長谷部	19:15～20:15 背中美人ヨガ 小山	19:15～20:15 ホットピラティス 長谷部	19:30～20:30 骨盤矯正ヨガ 鈴木		
20:00								
21:00			21:00～22:00 Sound Feel Yoga 長谷部	21:00～22:00 フェイスアップヨガ 長谷部	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小玉	21:00～22:00 スタンダード60 鈴木		
22:00								

【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♪



町田店【4月16日～4月23日スケジュール】

	4月16日(日)	4月17日(月)	4月18日(火)	4月19日(水)	4月20日(木)	4月21日(金)	4月22日(土)	4月23日(日)
9:00		定 休 日						
10:00	10:30～11:30 腸活ヨガ 小玉		10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腸育中Edition 小玉	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 小山		10:30～11:30 スタンダード60 小玉	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鈴木	10:30～11:30 エアロピヨガ 小山
11:00								
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 小山		12:15～13:15 ポールでゆがみとりヨガ 小山	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 鈴木		12:15～13:15 もも尻ヨガティス 小玉	12:15～13:15 腫トレ ビューティーヨガ 鈴木	12:15～13:15 スタンダード60 藤井
13:00								
14:00	14:00～15:00 背中美人ヨガ 小玉		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 小玉			14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 鈴木	14:00～15:00 エアロピヨガ 小山	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 藤井
15:00								
16:00	15:45～16:45 フェイスアップヨガ 小山						15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 藤井	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鈴木
17:00								
18:00				17:30～18:30 スタンダード60 小山	17:30～18:30 スリムアッププレス 藤井	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小玉	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 小山	17:30～18:30 ホットピラティス 藤井
19:00			19:15～20:15 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)鈴木	19:15～20:15 スタンダード60 小玉	19:00～20:00 肩コリラックスヨガ 鈴木	19:15～20:25 ディープレスヨガ 藤井		
20:00								
21:00			21:00～22:00 腫トレ ビューティーヨガ 鈴木	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤井	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 藤井	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 藤井		
22:00								

町田店【4月24日～4月30日スケジュール】

	4月24日(月)	4月25日(火)	4月26日(水)	4月27日(木)	4月28日(金)	4月29日(土)	4月30日(日)	
9:00		定 休 日						
10:00			10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小山	10:30～11:30 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)小玉		10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小玉	10:30～11:30 スタンダード60 小山	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 鈴木
11:00								
12:00			12:15～13:15 エアロピヨガ 小山	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 藤井		12:15～13:15 スタンダード60 小玉	12:15～13:45 EXパワーヨガ (会員様限定) 藤井	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小玉
13:00								
14:00			14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 鈴木	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 小玉		14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 藤井	14:30～15:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 鈴木	14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 鈴木
15:00								
16:00							16:15～17:15 フェイスアップヨガ 小山	16:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)藤井
17:00								
18:00			17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 藤井		17:30～18:30 スタンダード60 鈴木	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 鈴木	17:45～18:30 BEAT CORE HIIT 鈴木	
19:00		19:15～20:15 スタンダード60 鈴木	19:15～20:25 ディープレスヨガ 藤井	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 藤井	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腸育中Edition 小山			
20:00								
21:00		21:00～22:00 腸活ヨガ 藤井	21:00～22:00 SUMO YOGA 鈴木	21:00～22:00 腫トレ ビューティーヨガ 鈴木	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小山			
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
- ◆ヨガ哲学を生活に取り入れて「もっと、わたしを好きになる」講座
- ◆簡単マインドフルネス瞑想クラス

：ヨガをさらに深めたい方向への、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  
 :ヨガの経典「ヨガ・スートラ」をベースに、「幸せに生きるための秘訣」を学び、ヨガ哲学を日常に活かせる講座  
 :マインドフルネスについて学んだ後、マインドフルネスヨガ・マインドフルネス瞑想を行うクラス

オンラインワークショップの詳細は

