

## 秋田店【6月1日～6月8日スケジュール】

2023年5月15日更新

	6月1日(木)	6月2日(金)	6月3日(土)	6月4日(日)	6月5日(月)	6月6日(火)	6月7日(水)	6月8日(木)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 桑原	10:30～12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 桑原	10:30～11:30 腸活ヨガ 遠藤		10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 佐藤	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 佐藤	
12:00								
13:00		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 高橋	12:45～13:45 リンパデトックスヨガ 高橋	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 佐藤		12:15～13:15 スタンダード60 遠藤	12:15～13:15 背中美人ヨガ 遠藤	
14:00		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 桑原		14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 佐藤		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐藤	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 遠藤	
15:00			14:30～15:30 スタンダード60 遠藤					
16:00				15:45～16:45 ダイエットヨガ 遠藤				
17:00			16:15～17:00 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 桑原					
18:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 高橋	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 遠藤	17:45～18:45 骨盤矯正ヨガ 遠藤			17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 桑原		17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 桑原
19:00								
20:00	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)佐藤	19:15～20:15 フェイスアップヨガ 佐藤				19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 高橋	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 桑原	19:15～20:15 エアロビヨガ 遠藤
21:00	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 佐藤	21:00～22:00 スタンダード60 遠藤				21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 桑原	21:00～22:00 ホットピラティス 桑原	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋
22:00								

定休日

## 秋田店【6月9日～6月15日スケジュール】

	6月9日(金)	6月10日(土)	6月11日(日)	6月12日(月)	6月13日(火)	6月14日(水)	6月15日(木)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 スリムアッププレス 桑原	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 遠藤	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 桑原		10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 桑原	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 桑原	
12:00	12:15～13:15 腸活ヨガ 遠藤	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 佐藤	12:15～13:15 背中美人ヨガ 佐藤		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 桑原	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋	
13:00							
14:00	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 桑原	14:30～15:30 スタンダード60 遠藤	14:00～15:00 フェイスアップヨガ 佐藤		14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 佐藤		
15:00							
16:00		16:15～17:15 リンパデトックスヨガ 高橋	15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 桑原				
17:00							
18:00	17:30～18:30 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)佐藤	18:00～18:45 BEAT CORE HIIT 佐藤			17:30～18:30 ダイエットヨガ 遠藤	17:30～18:30 腫トレ ビューティーヨガ 佐藤	17:30～18:30 エアロビヨガ 遠藤
19:00	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 高橋				19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 遠藤	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 桑原
20:00							
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 佐藤				21:00～22:00 スタンダード60 遠藤	21:00～22:00 腸活ヨガ 遠藤	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 佐藤
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。

レッスンのWEB予約はこちらから▶



## 秋田店【6月16日～6月23日スケジュール】

	6月16日(金)	6月17日(土)	6月18日(日)	6月19日(月)	6月20日(火)	6月21日(水)	6月22日(木)	6月23日(金)
9:00				定 休 日				
10:00								
10:30～11:30	ダイエットヨガ 遠藤	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 高橋	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 桑原		10:30～11:30 スタンダード60 遠藤	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋		10:30～11:30 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)佐藤
11:00								
12:00								
12:15～13:15	腫トレ ビューティーヨガ 佐藤	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 ニの腸胃中Edition 桑原	12:15～13:15 スタンダード60 遠藤		12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 桑原	12:15～13:15 スリムアッププレス 桑原		12:15～13:15 ホットピラティス 佐藤
13:00								
14:00	14:00～15:00 エアロビヨガ 遠藤	13:45～14:45 スタンダード60 高橋	14:00～15:00 背中美人ヨガ 遠藤		14:00～15:00 ダイエットヨガ 遠藤	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 桑原		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 高橋
15:00								
16:00		15:30～16:30 腸活ヨガ 遠藤	15:45～16:45 肩コリラックスヨガ 桑原					
17:00								
17:30～18:30	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 桑原	17:15～18:45 EX「パワー」ヨガ (会員様限定) 桑原			17:30～18:30 フェイスアップヨガ 佐藤		17:30～18:30 スタンダード60 高橋	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 遠藤
18:00								
19:00						18:45～19:45 骨盤矯正ヨガ 遠藤		
19:15～20:15	免疫セラピーヨガ 桑原				19:15～20:15 もも尻ヨガティス 佐藤		19:15～20:15 背中美人ヨガ 佐藤	19:15～20:25 ディーププレスヨガ 遠藤
20:00								
21:00	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 高橋				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 高橋	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 佐藤	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐藤	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 桑原
22:00								

## 秋田店【6月24日～6月30日スケジュール】

	6月24日(土)	6月25日(日)	6月26日(月)	6月27日(火)	6月28日(水)	6月29日(木)	6月30日(金)
9:00			定 休 日				
10:00							
10:30～11:30	エアロビヨガ 遠藤	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 桑原		10:30～11:40 ディーププレスヨガ 遠藤	10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 佐藤		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 高橋
11:00							
12:00							
12:15～13:15	全身ととのう 寝たまんまヨガ 桑原	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 高橋		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 高橋	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 遠藤		12:15～13:15 もも尻ヨガティス 佐藤
13:00							
14:00	14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 佐藤	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋		14:00～15:00 背中美人ヨガ 遠藤			14:00～15:00 スタンダード60 高橋
15:00							
16:00	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 桑原	15:45～16:45 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)桑原					
17:00							
17:30～18:30	フェイスアップヨガ 佐藤			17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 佐藤	17:30～18:30 スリムアッププレス 桑原	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高橋	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 桑原
18:00							
19:00				19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 高橋	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 桑原	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 佐藤	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 遠藤
20:00							
21:00				21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)佐藤	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 高橋	21:00～22:00 ホットピラティス 佐藤	21:00～21:45 BEAT CORE HIT 桑原
22:00							