

京都四条店【1月1日～1月8日スケジュール】

2022年 12月 24日更新

	1月1日(日)	1月2日(月)	1月3日(火)	1月4日(水)	1月5日(木)	1月6日(金)	1月7日(土)	1月8日(日)
9:00	年末年始休業							
10:00								
11:00								
12:00								
13:00								
14:00								
15:00								
16:00								
17:00								
18:00								
19:00								
20:00								
21:00								
22:00								

京都四条店【1月9日～1月15日スケジュール】

	1月9日(月)	1月10日(火)	1月11日(水)	1月12日(木)	1月13日(金)	1月14日(土)	1月15日(日)
9:00	定休日	定休日	定休日	定休日	定休日	定休日	定休日
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							
22:00							

【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。



京都四条店【1月16日～1月23日スケジュール】

	1月16日(月)	1月17日(火)	1月18日(水)	1月19日(木)	1月20日(金)	1月21日(土)	1月22日(日)	1月23日(月)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 北沢	10:30～11:30 もも肩ヨガティス 藤田		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 清水	10:30～11:30 育中大人ヨガ 清水	10:30～11:30 スタンダード60 清水	
12:00								
13:00		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		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 奥田	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 吉岡	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 吉岡	
14:00								
15:00		14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 北沢			14:00～15:30 アドバンス90 (会員様限定) 北川	14:00～15:00 エアロビヨガ 吉岡	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 清水	
16:00								
17:00								
18:00		17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 奥田	17:30～18:30 ダイエットヨガ 北沢	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)奥田	17:30～18:30 エアロビヨガ 吉岡	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 北沢		
19:00								
20:00		19:15～20:15 スタンダード60 清水	19:15～20:05 全身引締MAX 藤田	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤田	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 奥田			
21:00		20:50～21:35 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 奥田	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 北沢	20:50～21:50 スリムアッププレス 藤田	20:50～21:50 腸活ヨガ 吉岡			
22:00								

定
休
日

定
休
日

京都四条店【1月24日～1月31日スケジュール】

	1月24日(火)	1月25日(水)	1月26日(木)	1月27日(金)	1月28日(土)	1月29日(日)	1月30日(月)	1月31日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 吉岡	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 清水		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 藤田	10:30～11:30 スタンダード60 清水	10:30～11:20 全身引締MAX 藤田		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 奥田
12:00								
13:00	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 北川	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 北沢		12:15～13:15 スタンダード60 清水	12:15～13:15 スリムアッププレス 藤田	12:15～13:15 腸活ヨガ 北沢		12:15～13:15 もも肩ヨガティス 藤田
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 吉岡	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 北川		14:00～14:50 全身引締MAX 藤田	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 奥田	14:00～15:10 ディープレスヨガ 藤田		14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 奥田
15:00								
16:00								
17:00			17:00～18:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 奥田					17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 吉岡
18:00	17:30～18:20 全身引締MAX 藤田	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 奥田		17:30～18:30 エアロビヨガ 吉岡	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 奥田			19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 藤田
19:00								
20:00	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 清水	19:15～20:15 ホットピラティス 北沢	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 北沢	19:15～20:15 ダイエットヨガ 北沢				20:50～21:50 エアロビヨガ 吉岡
21:00	20:50～21:50 ポールでゆがみヨガ 藤田	20:50～21:50 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 奥田	20:50～21:50 美ボディフロー ピラティス 北沢	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 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
- ◆女性の体とムーンサイクルヨガワークショップ
- ◆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は一番知名度が高い国際的なヨガ資格
- :月のサイクルや女性の身体のリズムを知り、月のサイクルに合わせて、ムーンサイクルヨガが体感できるWS
- :骨格・筋肉・マイ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いていく講座

