

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 | 年末年始休業 | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | 10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 北沢 | | 10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 清水 | 10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)清水 | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤田 | |
| 12:00 | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | 12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 吉岡 | | 12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 北沢 | 12:15～13:15 スタンダード60 奥田 | 12:15～13:15 ダイエットヨガ 北沢 |
| 14:00 | | | | | 14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 奥田 | | | 14:00～15:00 スタンダード60 北川 | 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 |
| 15:00 | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | 15:45～16:45 スタンダード60 清水 | | | | 15:45～16:35 全身引締MAX 藤田 | 15:45～16:45 免疫セラピーヨガ 北沢 |
| 17:00 | | | | | | | | | | |
| 18:00 | | | 17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 奥田 | 17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 清水 | 17:30～18:30 瘦せる身体をつくる ダイエツトヨガ 吉岡 | 17:30～18:40 ディープブレスヨガ 藤田 | 17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 奥田 | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | 19:15～20:15 エアロピヨガ 吉岡 | 19:15～20:15 ホットピラティス 奥田 | 19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 北沢 | | | | |
| 21:00 | | | | 20:50～21:50 スタンダード60 清水 | 20:50～21:50 腸活ヨガ 吉岡 | 20:50～21:40 全身引締MAX 藤田 | | | | |
| 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 | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | | |
| 11:00 | | 10:30～11:30 エアロピヨガ 吉岡 | 10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 清水 | | | 10:30～11:30 もも尻ヨガティス 北川 | 10:30～11:30 SUMO YOGA 奥田 | 10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 奥田 |
| 12:00 | | | | | | | | |
| 13:00 | | 12:15～13:15 スリムアップブレス 北川 | 12:15～13:15 背中美人ヨガ 川原 | | | 12:15～13:15 パワ-ヨガAdvance (会員様限定)奥田 | 12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 北沢 | 12:15～13:05 全身引締MAX 藤田 |
| 14:00 | | 14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 吉岡 | 14:00～15:00 スタンダード60 清水 | | | 14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 清水 | 14:00～15:00 ホットピラティス 奥田 | 14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 奥田 |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | 15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 北沢 | 15:45～16:55 ディープブレスヨガ 藤田 |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | 17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 北沢 | 17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 奥田 | 17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 北沢 | 17:30～18:30 エアロピヨガ 吉岡 | 17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 北沢 | | | |
| 19:00 | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | 19:15～20:15 Sound Feel Yoga 吉岡 | 19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 奥田 | | | |
| 21:00 | 20:50～21:50 ダイエットヨガ 北沢 | 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 北沢 | 20:50～21:50 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 吉岡 | | | | |
| 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。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♪



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 | | 10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 北沢 | 10:30～11:30 もも尻ヨガティス 藤田 | | 10:30～11:30 アロマリラクソロジー FRUITY DIET 清水 | 10:30～11:30 背中美人ヨガ 清水 | 10:30～11:30 スタンダード60 清水 | |
| 11:00 | | | | | | | | |
| 12:00 | | 12:15～13:15 エアロピヨガ 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 | |
| 13:00 | | | | | | | | |
| 14:00 | | 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 エアロピヨガ 吉岡 | 14:00～15:00 アロマリラクソロジー FRUITY DIET 清水 | |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | 15:45～16:45 スタンダード60 北沢 | 15:45～16:45 腸活ヨガ 吉岡 | |
| 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 エアロピヨガ 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 アロマリラクソロジー 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 | 10:30～11:30 Sound Feel Yoga 吉岡 | 10:30～11:30 アロマリラクソロジー FRUITY DIET 清水 | | 10:30～11:30 肩コリラクソロジー 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 |
| 11:00 | | | | | | | | |
| 12:00 | 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 もも尻ヨガティス 藤田 |
| 13:00 | | | | | | | | |
| 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 ディーププレスヨガ 藤田 | | 14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 奥田 |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | 15:45～16:45 もも尻ヨガティス 藤田 | 15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 北沢 | | |
| 17:00 | | | 17:00～18:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 奥田 | | | | | |
| 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 エアロピヨガ 吉岡 | 17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 奥田 | | | 17:30～18:30 アロマリラクソロジー DEEP FOREST 吉岡 |
| 19:00 | 19:15～20:15 アロマリラクソロジー 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 | | | | 19:15～20:15 肩コリラクソロジー 藤田 |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | 20:50～21:50 ボールでゆがみとり 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 アロマリラクソロジー HERBAL RELAX 吉岡 | | | | 20:50～21:50 エアロピヨガ 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

：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
 :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

