

# 金沢店【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 スタンダード60 藤田		10:30～11:30 スリムアッププレス 折戸	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 藤田	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 水野		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 折戸	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 折戸
12:00								
13:00	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 折戸		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤田	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 宮入	12:15～13:15 スタンダード60 宮入		12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 藤田	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 山内
14:00	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 藤田		14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 折戸	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 水野	14:00～14:50 全身引締MAX 松本		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 折戸	
15:00								
16:00				15:45～16:45 ダイエットヨガ 折戸	15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 宮入			
17:00								
18:00		17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 宮入	17:30～18:30 はじめてのハ「ワ」ーク (会員様限定)水野	17:30～18:30 腸活ヨガ 水野			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 藤田	17:30～18:30 スタンダード60 宮入
19:00								
20:00	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 水野	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 水野	19:15～20:15 エアロビヨガ 宮入				19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 宮入	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 藤田
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 宮入	21:00～22:00 背中美人ヨガ 水野	21:00～22:00 腸活ヨガ 宮入				21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 宮入	21:00～22:00 ホットピラティス 宮入
22:00								

定休日

# 金沢店【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		10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 宮入	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定)水野	10:30～11:30 スタンダード60 藤田		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 山内	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 水野
11:00							
12:00		12:15～13:15 スタンダード60 藤田	12:30～13:30 骨盤矯正ヨガ 松本	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 水野		12:15～13:15 Sound Feel Yoga 水野	12:15～13:25 ディーププレスヨガ 折戸
13:00							
14:00		14:00～15:00 エアロビヨガ 宮入	14:00～15:00 スタンダード60 藤田	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 藤田		14:00～15:00 背中美人ヨガ 山内	14:00～15:00 腸活ヨガ 水野
15:00							
16:00			15:45～16:35 全身引締MAX 松本	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 水野			
17:00							
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 宮入	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 折戸	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 藤田			17:30～18:30 スタンダード60 藤田	
19:00							
20:00	19:15～20:15 SUMO YOGA 水野	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 水野				19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)折戸	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 高橋
21:00	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 宮入	21:00～22:00 ボールでゆがみとりヨガ 折戸				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤田	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 藤田
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▶



## 金沢店【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					定 休 日			
10:00								
11:00		10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 高橋	10:30～11:30 スリムアッププレス 高橋	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 高橋		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 高橋	10:30～11:30 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)高橋	10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 高橋
12:00								
13:00		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 高橋	12:15～13:15 ホットピラティス 水野	12:15～13:15 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX 藤田		12:15～13:15 ダイエットヨガ 高橋	12:15～13:15 リンパドレナージュ 高橋	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 柳瀬
14:00		14:00～15:00 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX 水野	14:00～15:00 エアロビヨガ 石川	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 水野		14:00～15:00 スタンダード60 石川		14:00～15:00 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 高橋
15:00								
16:00			15:45～16:45 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 水野	15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 藤田				15:45～16:45 スリムアッププレス 高橋
17:00								
18:00	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 山内	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 石川	17:30～18:30 リンパドレナージュ 高橋			17:30～18:30 腫トレ ビューティーヨガ 藤田	17:30～18:30 エアロビヨガ 石川	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 柳瀬
19:00								
20:00	19:15～20:15 背中美人ヨガ 水野	19:15～20:15 リンパドレナージュ 藤田				19:15～20:15 もも尻ヨガティス 石川	19:15～20:15 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 藤田	
21:00	21:00～22:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)山内	21:00～22:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 石川				21:00～22:00 スタンダード60 藤田	21:00～22:00 腸活ヨガ 石川	
22:00								

## 金沢店【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				定 休 日	
10:00					
11:00	10:30～11:30 リンパドレナージュ 石川	10:30～11:30 ホットピラティス 石川	10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 藤田		10:30～11:30 エアロビヨガ 石川
12:00					
13:00					
14:00	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 石川	14:00～15:00 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX 高橋	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 藤田		14:00～15:00 リンパドレナージュ 石川
15:00					
16:00		15:45～16:45 スタンダード60 未定	15:45～16:45 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 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 藤田	17:30～18:30 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)高橋			17:30～18:30 スタンダード60 藤田
19:00					
20:00	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 高橋				19:15～20:15 ホットピラティス 高橋
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 藤田				21:00～22:00 腫トレ ビューティーヨガ 藤田
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
- ◆瞑想指導者養成講座

：ヨガをさらに深めたい方向け、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

