

八戸店【2月1日～2月8日スケジュール】

2022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 ココロカラダリセットヨガ* 佐々木		10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 関下	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 川口	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 佐々木		10:30～11:30 スタンダード60 佐々木	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の脚育中Edition 佐々木
12:00	12:15～13:15 SUMO YOGA 大崎				12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐々木	12:15～13:05 全身引締めMAX 大崎	12:15～13:15 ホットピラティス 大崎	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 大崎
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 佐々木			14:00～15:00 エアロピヨガ 川口	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 大崎		14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ* 佐々木	
15:00					15:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 関下	15:45～16:45 スリムアッププレス 佐々木		
16:00								
17:00			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 大崎	17:30～18:20 全身引締めMAX 大崎	17:30～18:30 背中美人ヨガ 大崎		17:30～18:40 ディープレスヨガ 川口	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 川口
18:00								
19:00	19:15～20:15 もも尻ヨガディス 関下	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 佐々木	19:15～20:15 スタンダード60 佐々木				19:15～20:15 Sound Feel Yoga 川口	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐々木
20:00								
21:00	20:50～22:00 ディープレスヨガ 川口	21:00～22:00 エアロピヨガ 川口	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ* 佐々木				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 大崎	21:00～22:00 ダイエットヨガ 川口
22:00								

定
休
日

八戸店【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							
11:00		10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ* 佐々木	10:30～11:40 ディープレスヨガ 川口	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 関下		10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 川口	10:30～11:30 背中美人ヨガ 大崎
12:00							
13:00		12:15～13:15 ダイエットヨガ 川口	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 川口	12:15～13:15 スタンダード60 佐々木		12:15～13:05 全身引締めMAX 佐々木	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 関下
14:00							
15:00		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 佐々木	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 関下	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 川口		14:00～15:00 スタンダード60 川口	
16:00							
17:00							
18:00	17:30～18:30 ホットピラティス 大崎	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 川口	17:30～18:15 Best Drum Diet3.0 二の脚育中Edition 佐々木			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 大崎	17:30～18:30 エアロピヨガ 川口
19:00							
20:00	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 大崎	19:15～20:15 SUMO YOGA 大崎				19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)関下	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 佐々木
21:00	21:00～21:50 全身引締めMAX 佐々木	21:00～22:00 スタンダード60 大崎				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 大崎	21:00～22:00 スリムアッププレス 佐々木
22:00							

定
休
日

【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づつに制限されます。

*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。



八戸店【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								
10:00		10:30～11:30 Sound Feel Yoga 川口	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 川口	10:30～11:30 スリムアップブレス 佐々木		10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) 開催	10:30～11:30 開活ヨガ 開催	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 開催
11:00								
12:00		12:15～13:15 スタンダード60 佐々木	12:15～13:05 全身引締めMAX 佐々木	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 大崎		12:15～13:15 嘘トレ ピューティーヨガ 佐々木	12:15～13:15 エアロビヨガ 川口	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUTY DIET 佐々木
13:00								
14:00		14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 佐々木	13:50～16:00 ディープブレスヨガ 川口	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 開催		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 佐々木	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) 開催	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 川口
15:00								
16:00				15:45～16:45 ホットピラティス 大崎	15:45～16:45 スタンダード60 大崎			15:45～16:45 スタンダード60 川口
17:00						17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 開催		
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 川口	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 開催	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 大崎			17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 開催		17:30～18:30 もも尻ヨガティス 開催
19:00	19:15～20:05 全身引締めMAX 大崎	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUTY DIET 大崎				19:15～20:15 ダエットヨガ 川口	19:15～20:15 嘘トレ ピューティーヨガ 佐々木	
20:00						20:50～22:00 ディープブレスヨガ 川口	21:00～21:50 全身引締めMAX 大崎	
21:00	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 川口	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 開催						
22:00								

八戸店【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					
10:00					
11:00	10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 開催	10:30～11:20 全身引締めMAX 大崎	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 川口	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 川口	
12:00	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 開催	12:15～13:15 スタンダード60 佐々木	12:15～13:15 膏中美人ヨガ 大崎	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 川口	
13:00					
14:00		14:00～15:00 ダエットヨガ 川口	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 大崎	14:00～15:30 アドバンス90 (会員様限定) 開催	
15:00					
16:00	15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 大崎	15:45～16:45 エアロビヨガ 川口		17:30～18:30 嘘トレ ピューティーヨガ 佐々木	
17:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 大崎	17:20～18:30 ディープブレスヨガ 川口		19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUTY DIET 佐々木	
18:00	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の脇骨セルエディション 佐々木			21:00～22:00 ホットピラティス 大崎	
19:00					
20:00	21:00～22:00 スタンダード60 大崎				
21:00					
22:00					

オンラインワークショップの詳細は



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