

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 二の腕育中Edition 佐々木
12:00								
13:00	12:15～13:15 SUMO YOGA 大崎		12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 川口	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
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 佐々木			14:00～15:00 エアロビヨガ 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								
16:00				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			
17:00								
18:00		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 ディーププレスヨガ 川口	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 川口
19:00								
20:00	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 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
21:00	20:50～22:00 ディーププレスヨガ 川口	21:00～22:00 エアロビヨガ 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 ディーププレスヨガ 川口	10:30～11:30 産せる身体をつくる 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		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	
15:00							
16:00			15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 関下	15:45～16:45 ポールでゆがみとりヨガ 関下			
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 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 佐々木			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 大崎	17:30～18:30 エアロビヨガ 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

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-969 営業時間 9:00～18:00 ※受付時間以外に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生体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♪



ハ戸店【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					定 休 日			
10:00								
11:00		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 スリムアッププレス 佐々木		10:30～11:30 はじめてのハワーヨガ (会員様限定) 関下	10:30～11:30 腸活ヨガ 関下	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 関下
12:00								
13:00		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 腫トレ ビューティーヨガ 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
14:00		14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 佐々木	13:50～15:00 ディープブレスヨガ 川口	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 関下		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) 関下	14:00～15:00 ココロカラダリセット3が 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								
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 関下	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 関下		17:30～18:30 もも戻ヨガティス 関下
19:00								
20:00	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 ダイエットヨガ 川口	19:15～20:15 腫トレ ビューティーヨガ 佐々木	
21:00	21:00～22:00 ココロカラダリセット3が 川口	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 関下				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	
22:00								

ハ戸店【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				定 休 日	
10:00					
11:00	10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 関下	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					
13:00	12:15～13:15 もも戻ヨガティス 関下	12:15～13:15 スタンダード60 佐々木	12:15～13:15 背中美人ヨガ 大崎		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 川口
14:00		14:00～15:00 ダイエットヨガ 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) 関下
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		
17:00					
18:00	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			17:30～18:30 腫トレ ビューティーヨガ 佐々木
19:00					
20:00	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腸育中Edition 佐々木				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUTY DIET 佐々木
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 大崎				21:00～22:00 ホットピラティス 大崎
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