

## 広島店【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 相澤		10:30～11:20 全身引継MAX 内田	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 栗川		10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤	10:30～11:30 エアロビヨガ 内田
12:00								
13:00	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の脇骨中Edition 内田		12:15～13:15 フェイスアップヨガ 原田	12:15～13:15 スタンダード60 相澤	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 原田		12:15～13:15 スリムアッププレス 栗川	12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 原田
14:00	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 内田		14:00～15:00 ダイエットヨガ 内田	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 原田	14:00～15:00 フェイスアップヨガ 原田		14:00～15:00 スタンダード60 相澤	
15:00								
16:00								
17:00								
18:00								
19:00	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 栗川	19:15～20:15 スタンダード60 相澤	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 栗川				19:15～20:15 もも尻ヨガティス 原田	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 栗川
20:00								
21:00	20:50～21:50 美ボディフロー ピラティス 原田	20:50～21:50 スリムアッププレス 栗川	20:50～21:50 ホットピラティス 原田				20:50～21:50 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 内田	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 相澤
22:00								

## 広島店【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 リンパデトックスヨガ 相澤	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 内田	10:30～11:30 ダイエットヨガ 内田		10:30～11:30 スタンダード60 相澤	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 栗川
12:00			12:00～13:30 EXパワーヨガ (会員様限定)栗川	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 内田		12:15～13:15 エアロビヨガ 内田	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 内田
13:00							
14:00		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 栗川	14:00～15:00 スタンダード60 相澤	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 栗川		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 相澤	14:00～15:00 スリムアッププレス 栗川
15:00							
16:00							
17:00							
18:00	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 栗川	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 内田	17:30～18:20 全身引継MAX 内田			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 栗川	
19:00	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田	19:15～20:15 エアロビヨガ 内田				19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤	
20:00							
21:00	20:50～21:50 フェイスアップヨガ 原田	20:50～21:50 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤				20:50～21:50 はじめのパワーヨガ (会員様限定)原田	20:50～21:40 全身引継MAX 内田
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。



## 広島店【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								
11:00		10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)原田	10:30～11:30 ダイエットヨガ 内田	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤		10:30～11:20 全身引締MAX 内田	10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 林	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 原田
12:00								
13:00		12:15～13:15 スタンダード60 相澤	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 相澤	12:15～13:15 背中美人ヨガ 原田		12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤	12:15～13:15 スリムアッププレス 栗川	12:15～13:15 腹トレ ビューティーヨガ 原田
14:00		14:00～15:00 ホットピラティス 原田	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 栗川	14:00～15:00 エアロビヨガ 内田		14:00～15:00 ダイエットヨガ 内田		13:45～15:15 アドバンス90 (会員様限定) 内田
15:00								
16:00								15:45～16:45 スタンダード60 相澤
17:00								
18:00	17:30～18:30 エアロビヨガ 内田	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 原田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 栗川			17:30～18:30 腹トレ ビューティーヨガ 原田	17:30～18:30 ホットピラティス 原田	17:30～18:30 ダイエットヨガ 内田
19:00								
20:00		19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 原田	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 栗川			19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 栗川	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 内田	
21:00		20:50～21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 栗川	20:50～21:50 スリムアッププレス 栗川			20:50～21:50 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田	20:50～21:50 ココロカラダリセットヨガ 内田	
22:00								

## 広島店【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 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 栗川	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 原田	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 内田	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 栗川	
12:00					12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 相澤
13:00		12:15～13:05 全身引締MAX 内田	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 栗川	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 内田	
14:00	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 内田	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)原田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 栗川	14:00～15:00 スリムアッププレス 栗川	
15:00					
16:00		15:45～16:45 スリムアッププレス 栗川	15:45～17:15 EXパワーヨガ (会員様限定) 栗川		
17:00					17:30～18:20 全身引締MAX 内田
18:00	17:30～18:30 背中美人ヨガ 原田	17:30～18:30 スタンダード60 相澤			19:15～20:15 スタンダード60 相澤
19:00	19:15～20:15 フェイスアップヨガ 原田				20:50～21:50 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)原田
20:00					
21:00	20:50～21:50 スタンダード60 相澤				
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

◆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

: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、それに出会い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

