

金沢ラパーク店【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 骨盤矯正ヨガ 松本		10:30～11:20 全身引締MAX 松本	10:30～12:00 EX/パワー・ヨガ (会員様限定) 松本	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 近藤		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 近藤	10:30～11:30 ホットピラティス 近藤
12:00			12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 柳瀬		12:15～13:15 スリムアップブレス 折戸		12:15～13:15 脚活ヨガ 松本	12:15～13:15 スタンダード60 与坂
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 与坂		14:00～15:00 ポールでゆがみとりヨガ 松本	14:20～15:20 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 近藤	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 折戸		14:00～15:00 はじめてのハーネスヨガ (会員様限定)近藤	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 近藤
15:00								
16:00					16:00～17:00 フェイスアップヨガ 松本	16:45～16:45 エアロビヨガ 近藤		
17:00			17:30～18:30 青中黄人ヨガ 柳瀬	17:30～18:30 スタンダード60 与坂			17:30～18:30 フェイスアップヨガ 松本	
18:00					17:40～18:40 美ボディフロー ピラティス 近藤			
19:00	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 近藤	19:15～20:15 スタンダード60 与坂	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 柳瀬				19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 与坂	19:15～20:15 スタンダード60 与坂
20:00								
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 柳瀬	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 柳瀬	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 与坂				21:00～22:00 ポールでゆがみとりヨガ 松本	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 松本
22:00								

定
休
日

金沢ラパーク店【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 フェイスアップヨガ 松本	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)近藤	10:30～11:30 スタンダード60 与坂		10:30～11:30 ダイエットヨガ 松本	10:30～11:30 ポールでゆがみとりヨガ 松本
12:00							
13:00		12:15～13:15 もも尻ヨガティス 近藤	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 柳瀬	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 与坂		12:15～13:15 スタンダード60 与坂	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 松本
14:00							
15:00		14:00～14:50 全身引締MAX 松本	14:00～15:10 ディープブリュヨガ 近藤	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 松本		14:00～15:00 脚活ヨガ 松本	14:00～15:00 スタンダード60 与坂
16:00							
17:00							
18:00		17:30～18:30 スタンダード60 与坂	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 柳瀬	17:30～18:15 Best Drum Diet3.0 二の腰青中Edition 柳瀬		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 柳瀬	
19:00							
20:00	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 近藤	19:15～20:15 スタンダード60 与坂			19:15～20:15 はじめてのハーネスヨガ (会員様限定)近藤	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 柳瀬	
21:00	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 近藤	21:00～22:00 青中黄人ヨガ 柳瀬			21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 柳瀬	21:00～22:00 エアロビヨガ 近藤	
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。



金沢ラパーク店【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 美ボディフロー ピラティス 近藤	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 近藤	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 松本		10:30～11:30 脚トレ ピューティーヨガ 松本	10:30～11:30 スタンダード60 与坂	10:30～11:30 ボールでゆがみヨガ* 松本
12:00								
13:00		12:15～13:15 腸活ヨガ 松本	12:15～13:15 エアロビヨガ 松本	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 柳瀬		12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 柳瀬	12:15～13:15 フェイスアップヨガ 松本	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 黒田
14:00								
15:00		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 近藤	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 近藤	14:00～15:00 背中美人ヨガ 柳瀬		14:00～15:00 ボールでゆがみヨガ* 松本	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 与坂	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)松本
16:00								15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 黒田
17:00								
18:00		17:30～18:20 全身引締MAX 馬場	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 柳瀬	17:30～18:30 ダイエットヨガ 松本		17:30～18:30 背中美人ヨガ 柳瀬		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 近藤
19:00								
20:00		19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 柳瀬	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育成Edition 松本			19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 柳瀬	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 柳瀬	
21:00		21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 馬場	21:00～22:00 フェイスアップヨガ 柳瀬			21:00～22:00 スタンダード60 与坂	21:00～22:00 脚トレ ピューティーヨガ 近藤	
22:00								

金沢ラパーク店【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 脚トレ ピューティーヨガ 松本	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 柳瀬	10:30～12:00 アドバанс90 (会員様限定) 近藤	10:30～11:30 エアロビヨガ 近藤	
12:00					12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 柳瀬
13:00	12:15～13:05 全身引締MAX 松本	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 近藤	12:40～13:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 柳瀬		
14:00	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 与坂	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 柳瀬	14:20～15:20 免疫セラピーヨガ 柳瀬	14:00～15:00 スタンダード60 柳瀬	
15:00					
16:00			15:45～16:45 スタンダード60 与坂	16:00～17:00 もも尻ヨガティス 近藤	
17:00					17:30～18:30 脚トレ ピューティーヨガ 近藤
18:00		17:30～18:30 スタンダード60 与坂	17:30～18:30 スリムアッププレス 近藤		19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 与坂
19:00					
20:00		19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 近藤			
21:00		21:00～22:00 ホットピラティス 近藤		21:00～21:50 全身引締MAX 松本	
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

オンラインワークショップの詳細は

- :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、それ出会い系の方法を実践を通して身につけていく講座

