

紀伊川辺店【2月1日～2月8日スケジュール】

2023年 2月 7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						定休日		
10:00	10:20～11:20 リンパデトックスヨガ 稲垣	10:20～11:20 パワーヨガAdvance (会員様限定)梅原	10:20～11:20 スタンダード60 尾野	10:20～11:20 ダイエットヨガ 稲垣	10:20～11:20 フェイスアップヨガ 山下		10:20～11:20 エアロビヨガ 尾野	10:20～11:20 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 尾野
11:00								
12:00	12:00～13:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 中筋	12:00～13:00 ポールでゆがみトリック 梅原	12:00～13:00 エアロビヨガ 尾野	12:00～13:00 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 稲垣	12:00～12:50 全身引締MAX 梅原		12:00～13:00 スタンダード60 尾野	12:00～12:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 梅原
13:00								
14:00	14:10～15:20 ディープブレスヨガ 稲垣	13:40～14:40 スリムアップブレス 稲垣	13:40～14:40 フェイスアップヨガ 山下	13:40～14:40 エアロビヨガ 尾野	13:40～14:40 腸活ヨガ 梅原		13:40～14:40 セルトル美脚ヨガ 山下	13:40～14:40 肩コリラクセスヨガ 梅原
15:00		15:20～16:20 免疫セラピーヨガ 稲垣	15:20～16:20 育中美人ヨガ 山下	15:20～16:20 スタンダード60 尾野	15:20～16:20 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)山下		15:20～16:20 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX 稲垣	
16:00								
17:00								
18:00	17:40～18:40 骨盤矯正ヨガ 中筋	17:40～18:25 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 中筋	17:40～18:40 美姿勢 アンチエイジングヨガ 稲垣	17:00～18:30 アドバンスト90 (会員様限定) 山下			17:40～18:40 Sound Feel Yoga 稲垣	17:40～18:40 ホットピラティス 稲垣
19:00								
20:00	19:20～20:20 育中美人ヨガ 山下	19:20～20:20 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX 中筋	19:20～20:10 全身引締MAX 梅原				19:20～20:20 フェイスアップヨガ 山下	19:20～20:20 スタンダード60 稲垣
21:00	21:00～22:00 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 山下	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 山下	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 稲垣				21:00～22:00 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)山下	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 山下
22:00								

紀伊川辺店【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					定休日		
10:00	10:20～11:20 SUMO YOGA 山下	10:20～11:20 ココロカラダリセットヨガ 山下	10:20～11:20 スタンダード60 尾野	10:20～11:20 エアロビヨガ 尾野		10:20～11:20 美姿勢 アンチエイジングヨガ 稲垣	10:20～11:20 Sound Feel Yoga 稲垣
11:00							
12:00	12:00～13:00 ホットピラティス 稲垣	12:00～13:00 スタンダード60 山下	12:00～12:45 BEAT CORE HIIT 尾野	12:00～13:10 ディープブレスヨガ 稲垣		12:00～13:00 ダイエットヨガ 稲垣	12:00～13:30 アドバンスト90 (会員様限定) 山下
13:00							
14:00	13:40～14:40 フェイスアップヨガ 山下	13:40～14:30 全身引締MAX 梅原	13:40～14:40 ポールでゆがみトリック 梅原	13:40～14:40 Sound Feel Yoga 稲垣		13:40～14:40 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 尾野	14:10～15:10 リンパデトックスヨガ 山下
15:00	15:20～16:20 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX 稲垣	15:20～16:20 リンパデトックスヨガ 梅原	15:20～16:20 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 梅原	15:20～16:20 免疫セラピーヨガ 尾野		15:20～16:20 エアロビヨガ 尾野	
16:00							
17:00			17:00～18:00 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)山下				
18:00	17:40～18:30 全身引締MAX 梅原	17:40～18:40 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 稲垣	18:30～19:30 リンパデトックスヨガ 稲垣			17:40～18:40 スタンダード60 梅原	17:40～18:40 免疫セラピーヨガ 尾野
19:00							
20:00	19:20～20:20 肩コリラクセスヨガ 梅原	19:20～20:20 ダイエットヨガ 稲垣				19:20～20:20 パワーヨガAdvance (会員様限定)梅原	19:20～20:20 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 尾野
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 尾野	21:00～22:00 腸活ヨガ 梅原				21:00～22:00 スリムアップブレス 山下	21:00～21:50 全身引締MAX 梅原
22:00							

【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の開始の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♪



紀伊川辺店【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	10:20～11:20 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 穂垣	10:20～11:20 癒せる身体をつくる ダイエットヨガ 梅原	10:20～11:20 リンパデトックスヨガ 穂垣	10:20～11:10 全身引締MAX 梅原		10:20～11:20 骨盤矯正ヨガ 山下	10:20～11:50 アドバンス90 (会員様限定) 山下	10:20～11:20 もも尻ヨガティス 中筋
11:00								
12:00	12:00～13:00 スリムアッププレス 尾野	12:00～13:00 ポールでゆがみとりヨガ 梅原	12:00～12:45 BEAT CORE HIIT 山下	12:00～13:00 スタンダード60 梅原		12:00～12:50 全身引締MAX 梅原		12:00～13:00 ダイエットヨガ 穂垣
13:00							12:30～13:20 腸活ヨガ 梅原	
14:00	13:40～14:40 免疫セラピーヨガ 尾野	13:40～14:40 SUMO YOGA 中筋	13:40～14:40 美姿勢 アンチエイジングヨガ 穂垣	13:40～14:40 セルトル美脚ヨガ 山下		13:40～14:40 スタンダード60 梅原	14:10～15:10 ホットピラティス 穂垣	13:40～14:40 リンパデトックスヨガ 穂垣
15:00								
16:00	15:20～16:20 スタンダード60 穂垣	15:20～16:20 骨盤矯正ヨガ 中筋	15:20～16:20 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 山下	15:20～16:20 ココロカラダリセットヨガ 山下		15:20～16:20 美姿勢 アンチエイジングヨガ 山下		15:20～16:10 全身引締MAX 梅原
17:00			17:00～18:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 中筋					17:00～18:00 腫トレ ビューティーヨガ 尾野
18:00	17:40～18:40 もも尻ヨガティス 中筋	17:40～18:40 ココロカラダリセットヨガ 山下				17:40～18:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 中筋	17:40～18:40 癒せる身体をつくる ダイエットヨガ 中筋	18:30～19:30 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)梅原
19:00								
20:00	19:20～20:20 腸活ヨガ 梅原	19:20～20:20 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)山下				19:20～20:20 Sound Feel Yoga 穂垣	19:20～20:20 腫トレ ビューティーヨガ 尾野	
21:00	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 梅原	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 穂垣				21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 中筋	21:00～22:00 エアロビヨガ 尾野	
22:00								

紀伊川辺店【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	10:20～11:20 腫トレ ビューティーヨガ 尾野	10:20～11:20 エアロビヨガ 尾野	10:20～11:20 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 中筋		10:20～11:20 もも尻ヨガティス 中筋
11:00					
12:00	12:00～13:00 エアロビヨガ 尾野	12:00～13:00 肩こりリラックスヨガ 梅原	12:00～13:00 背中美人ヨガ 穂垣		12:00～13:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 中筋
13:00					
14:00	13:40～14:40 スタンダード60 中筋	13:40～14:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)梅原	13:40～14:40 リンパデトックスヨガ 穂垣		13:40～14:40 ダイエットヨガ 穂垣
15:00					
16:00	15:20～16:20 美ボディフロー ピラティス 中筋	15:20～16:30 ディーブプレスヨガ 穂垣	15:20～16:05 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 中筋		15:20～16:20 スタンダード60 穂垣
17:00		17:00～18:00 セルトル美脚ヨガ 山下			
18:00	17:40～18:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 梅原				17:30～18:30 エアロビヨガ 尾野
19:00	19:20～20:20 フェイスアップヨガ 山下	18:30～19:30 ホットピラティス 穂垣			
20:00					19:00～20:00 腫トレ ビューティーヨガ 尾野
21:00	21:00～22:00 SUMO YOGA 山下				20:30～22:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 梅原
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

