

## 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								
10:00	10:20～11:20 リンパデトックスヨガ 梅原	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 梅原	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 アロマリラックスヨガ 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 ボールでゆがみとりヨガ 梅原	12:00～13:00 エアロビヨガ 尾野	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 梅原	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 Best Drum Diet3.0 二の腕齊中Edition 梅原
13:00								
14:00	14:10～15:20 ディープレスヨガ 梅原	13:40～14:40 スリムアッププレス 梅原	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 脚活ヨガ 梅原		13:40～14:40 セルトル美脚ヨガ 山下	13:40～14:40 肩コリラックスヨガ 梅原
15:00								
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 二の腕齊中Edition 中筋	17:40～18:40 美姿勢 アンチエイジングヨガ 梅原	17:00～18:30 アドバンス90 (会員様限定) 山下			17:40～18:40 Sound Feel Yoga 梅原	17:40～18:40 ホットピラティス 梅原
19:00								
20:00	19:20～20:20 背中美人ヨガ 山下	19:20～20:20 アロマリラックスヨガ 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 梅原
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ 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 梅原				21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)山下	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 山下
22:00								

定  
休  
日

## 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							
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 梅原	10:20～11:20 Sound Feel Yoga 梅原
11:00							
12:00	12:00～13:00 ホットピラティス 梅原	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 ディープレスヨガ 梅原		12:00～13:00 ダイエットヨガ 梅原	12:00～13:30 アドバンス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 ボールでゆがみとりヨガ 梅原	13:40～14:40 Sound Feel Yoga 梅原		13:40～14:40 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 尾野	14:10～15:10 リンパデトックスヨガ 山下
15:00							
16:00	15:20～16:20 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 梅原	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	
17:00							
18:00	17:40～18:30 全身引締MAX 梅原	17:40～18:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 梅原				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 肩コリラックスヨガ 梅原	19:20～20:20 ダイエットヨガ 梅原	18:30～19:30 リンパデトックスヨガ 梅原			19:20～20:20 パワーヨガAdvance (会員様限定)梅原	19:20～20:20 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 尾野
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 尾野	21:00～22:00 脚活ヨガ 梅原				21:00～22:00 スリムアッププレス 山下	21:00～21:50 全身引締MAX 梅原
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。  
◆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。

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								
10:00		10:20～11:20 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 梅原	10:20～11:20 寝せる身体をつくる ダイエットヨガ 梅原	10:20～11:20 リンパデックスヨガ 梅原	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 スリムアップブレス 尾野	12:00～13:00 ボ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	12:30～13:20 脚活ヨガ 梅原	12:00～13:00 ダイエットヨガ 梅原
13:00								
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 梅原	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 梅原	13:40～14:40 リンパデックスヨガ 梅原
15:00	15:20～16:20 スタンダード60 梅原	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
16:00								
17:00				17:00～18:30 EX/パワーヨガ (会員様限定) 中筋				17:00～18:00 脚トレ ピューティヨガ 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 寝せる身体をつくる ダイエットヨガ 中筋		18:30～19:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)梅原
19:00								
20:00	19:20～20:20 脚活ヨガ 梅原	19:20～20:20 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)山下				19:20～20:20 Sound Feel Yoga 梅原	19:20～20:20 脚トレ ピューティヨガ 尾野	
21:00	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の脚膏中Edition 梅原	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 梅原				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					
10:00					
11:00	10:20～11:20 脚トレ ピューティヨガ 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
12:00	12:00～13:00 エアロビヨガ 尾野	12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 梅原	12:00～13:00 膏中柔軟ヨガ 梅原		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Yoga Advance (会員様限定)梅原	13:40～14:40 リンパデックスヨガ 梅原		13:40～14:40 ダイエットヨガ 梅原
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 ディープブレスヨガ 梅原	15:20～16:05 Beat Drum Diet3.0 二の脚膏中Edition 中筋		15:20～16:20 スタンダード60 梅原
17:00					
18:00	17:40～18:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 梅原	17:00～18:00 セルトル美脚ヨガ 山下		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 梅原		19:00～20:00 脚トレ ピューティヨガ 尾野	
20:00					
21:00	21:00～22:00 SUMO YOGA 山下			20:30～22:00 EX/パワーYoga (会員様限定) 梅原	
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、それ出会い系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

