

丸亀店【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						定 休 日		
10:00								
11:00	10:30～11:30 SUMO YOGA 大中		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 竹内	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 古市	10:30～11:30 スタンダード60 森岡		10:30～11:30 スリムアッププレス 森岡	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 竹内
12:00	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古市		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 森岡	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 竹内	12:15～13:05 全身引締MAX 古市		12:15～13:15 スタンダード60 森岡	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 大中
13:00								
14:00	14:00～15:00 はじめてのﾊﾞｰﾖｶﾞ (会員様限定)大中		14:00～15:00 ココロカラダリセットﾖｶﾞ 竹内	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 古市	14:00～15:00 セルトル美脚ﾖｶﾞ 森岡		14:00～15:00 エアロﾋﾞﾖｶﾞ 竹内	14:00～15:00 ホットﾋﾞﾗﾃｨｽ 大中
15:00								
16:00				15:45～16:45 Sound Feel Yoga 竹内	15:45～16:45 免疫セラピーﾖｶﾞ 古市			
17:00	17:00～18:00 リンパデトックスﾖｶﾞ 竹内	17:00～18:00 スタンダード60 森岡	17:00～18:00 ホットﾋﾞﾗﾃｨｽ 古市				17:00～18:00 はじめてのﾊﾞｰﾖｶﾞ (会員様限定)大中	
18:00				17:30～18:30 スリムアッププレス 森岡				
19:00	18:45～19:45 痩せる身体をつくる ﾀｲｴｯﾄﾖｶﾞ 古市	18:45～19:45 エアロﾋﾞﾖｶﾞ 竹内	18:45～19:45 スタンダード60 森岡				18:45～19:45 アロマリラックスﾖｶﾞ DEEP FOREST 竹内	18:15～19:45 ｱﾄﾞﾊﾞﾝｽ90 (会員様限定) 古市
20:00	20:15～21:15 アロマリラックスﾖｶﾞ HERBAL RELAX 竹内	20:15～21:15 フェイスアップﾖｶﾞ 大中	20:15～21:05 全身引締MAX 古市				20:15～21:15 肩ｺﾘﾗｯｸｽﾖｶﾞ 大中	20:15～21:15 スタンダード60 森岡
21:00								
22:00								

丸亀店【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		10:30～11:30 リンパデトックスﾖｶﾞ 竹内	10:30～11:30 エアロﾋﾞﾖｶﾞ 竹内	10:30～11:30 ﾀｲｴｯﾄﾖｶﾞ 古市		10:30～11:30 ﾎｰﾙでﾕｶﾞﾐﾄﾘﾖｶﾞ 大中	10:30～11:30 ホットﾋﾞﾗﾃｨｽ 大中
11:00							
12:00		12:15～13:15 スタンダード60 森岡	12:15～13:15 スリムアッププレス 森岡	12:15～13:15 ﾎｰﾙでﾕｶﾞﾐﾄﾘﾖｶﾞ 大中		12:00～13:30 EXﾊﾞｰﾖｶﾞ (会員様限定) 大中	12:15～13:15 ｺｺﾛｶﾗﾀﾞﾘｾｯﾄﾖｶﾞ 竹内
13:00							
14:00		14:00～15:00 セルトル美脚ﾖｶﾞ 森岡	14:00～15:00 ｺｺﾛｶﾗﾀﾞﾘｾｯﾄﾖｶﾞ 竹内	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 古市		14:00～15:00 スリムアッププレス 森岡	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 竹内
15:00							
16:00			15:45～16:45 背中美人ﾖｶﾞ 大中	15:45～16:45 スタンダード60 森岡			
17:00	17:00～18:00 ｺｺﾛｶﾗﾀﾞﾘｾｯﾄﾖｶﾞ 竹内	17:00～18:00 アロマリラックスﾖｶﾞ HERBAL RELAX 大中	17:30～18:30 肩ｺﾘﾗｯｸｽﾖｶﾞ 大中			17:00～18:00 アロマリラックスﾖｶﾞ FRUITY DIET 古市	17:00～18:00 骨盤矯正ﾖｶﾞ 大中
18:00							
19:00	18:45～19:45 スタンダード60 森岡	18:45～19:45 エアロﾋﾞﾖｶﾞ 竹内	19:00～20:00 スタンダード60 森岡			18:45～19:45 リンパデトックスﾖｶﾞ 竹内	18:45～19:45 セルトル美脚ﾖｶﾞ 森岡
20:00	20:15～21:15 美ボディフロー ピラティス 古市	20:15～21:15 腸活ﾖｶﾞ 大中				20:15～21:05 全身引締MAX 古市	20:15～21:15 スタンダード60 森岡
21:00							
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。

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。



丸亀店【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 スリムアッププレス 森岡	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 竹内	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 大中		10:30～11:20 全身引締MAX 古市	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 竹内	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 大中
12:00								
13:00		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 竹内	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 森岡	12:15～13:15 エアロビヨガ 竹内		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 大中	12:15～13:45 EX/パワーヨガ (会員様限定) 大中	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 竹内
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 森岡	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 竹内	14:00～15:00 ホットピラティス 大中		14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 古市		14:00～15:00 Sound Feel Yoga 大中
15:00								
16:00			15:45～16:45 ダイエットヨガ 古市	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 竹内				15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 竹内
17:00		17:00～18:00 スタンダード60 森岡	17:00～17:50 全身引締MAX 古市			17:00～18:00 スタンダード60 森岡	17:00～18:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古市	17:30～18:30 スタンダード60 森岡
18:00				17:30～18:30 スタンダード60 森岡				
19:00	18:45～19:45 フェイスアップヨガ 大中	18:45～19:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 竹内	19:00～20:00 Sound Feel Yoga 古市			18:45～19:45 スリムアッププレス 森岡	18:45～19:45 スタンダード60 森岡	19:00～20:00 臆トレ ビューティーヨガ 森岡
20:00	20:15～21:15 背中美人ヨガ 大中	20:15～21:15 免疫セラピーヨガ 古市				20:15～21:15 リンパデトックスヨガ 竹内	20:15～21:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 古市	
21:00								
22:00								

丸亀店【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 フェイスアップヨガ 古市	10:30～11:30 エアロビヨガ 竹内	10:30～11:30 スリムアッププレス 森岡		10:30～11:30 臆トレ ビューティーヨガ 森岡
12:00					
13:00					
14:00	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 古市	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 竹内	14:00～15:00 スタンダード60 森岡		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 森岡
15:00					
16:00		15:45～16:45 スタンダード60 未定	15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 大中		
17:00	17:00～18:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 竹内	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)大中			17:00～18:00 スタンダード60 未定
18:00					
19:00	18:45～19:35 全身引締MAX 古市	19:00～20:00 腸活ヨガ 大中			18:45～19:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)古市
20:00	20:15～21:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 竹内				20:15～21:15 ボールでゆがみとりヨガ 大中
21:00					
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

