

宮崎店【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 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高澤		10:30～11:30 エアロビヨガ 原田	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 月原	10:30～11:30 スタンダード60 高澤		10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高澤	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 安藤
12:00	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 高澤	12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 安藤		12:30～13:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 月原	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 安藤		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 高澤
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 高澤		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 原田	14:00～15:00 ホットピラティス 高澤	14:00～14:50 全身引締MAX 高澤		14:00～15:00 スタンダード60 高澤	
15:00								
16:00				15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 原田	15:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高澤			
17:00								
18:00		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 原田	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 月原	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 高澤			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 安藤	17:30～18:30 ととのえてゆがみとりヨガ 原田
19:00								
20:00	19:15～20:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)原田	19:15～20:05 全身引締MAX 高澤	19:15～20:15 スタンダード60 高澤				19:15～20:15 エアロビヨガ 原田	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 高澤
21:00	21:00～22:00 腸活ヨガ 月原	21:00～22:00 スタンダード60 高澤	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 月原				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 安藤	21:00～22:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)原田
22:00								

宮崎店【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							
11:00		10:30～11:30 スリムアッププレス 原田	10:30～11:30 特別レッスン※有料 原田	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 原田		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 月原	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 安藤
12:00		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 安藤	12:15～13:05 全身引締MAX 高澤	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 月原		12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 高澤	12:15～13:05 全身引締MAX 高澤
13:00							
14:00		14:00～15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)原田	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 安藤	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 原田		14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 月原	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 安藤
15:00							
16:00			15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 月原	15:45～16:45 Sound Feel Yoga 月原			
17:00							
18:00	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 原田	17:30～18:30 ホットピラティス 高澤	17:30～18:30 エアロビヨガ 原田			17:30～18:30 スタンダード60 高澤	
19:00	19:00～20:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 安藤	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 月原				19:15～20:15 ホットピラティス 高澤	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 月原
20:00							
21:00	20:30～22:00 EX/パワーヨガ (会員様限定) 月原	21:00～22:00 スタンダード60 高澤				21:00～22:00 ボールでゆがみとりヨガ 安藤	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 原田
22:00							

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-989 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♪



宮崎店【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 ととのえてゆがみとりヨガ 原田	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 安藤	10:30～12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 月原		10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 月原	10:30～11:30 ポールでゆがみとりヨガ 安藤	10:30～11:20 全身引締MAX 高澤
12:00								
13:00		12:15～13:15 フェイスアップヨガ 安藤	12:15～13:15 スタンダード60 高澤	12:30～13:30 ホットピラティス 高澤		12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 高澤	12:15～13:15 エアロビヨガ 原田	12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 原田
14:00		14:00～15:00 Sound Feel Yoga 原田	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 安藤	14:00～15:00 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX 月原		14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 月原		14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 月原
15:00								
16:00			15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 高澤	15:45～16:45 スタンダード60 高澤				15:45～16:45 スリムアッププレス 原田
17:00								
18:00	17:30～18:30 ダイエットヨガ 安藤	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 月原	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田			17:30～18:30 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 安藤	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 高澤	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 月原
19:00							19:00～20:30 アドバンス90 (会員様限定)月原	
20:00	19:15～20:15 腸活ヨガ 月原	19:15～20:05 全身引締MAX 高澤				19:15～20:15 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)原田		
21:00	21:00～22:00 エアロビヨガ 原田	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 月原				21:00～22:00 育中美人ヨガ 安藤	21:00～22:00 スタンダード60 高澤	
22:00								

宮崎店【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 腸活ヨガ 月原	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 安藤	10:30～11:30 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 原田		10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 月原
12:00	12:15～13:15 ダイエットヨガ 安藤	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 月原	12:15～13:15 スタンダード60 高澤		12:15～13:15 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)原田
13:00					
14:00	14:00～15:00 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX 月原	14:00～15:00 肩コリラクセスヨガ 原田	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 原田		14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 月原
15:00					
16:00		15:45～16:45 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 安藤	15:45～16:45 ホットピラティス 高澤		
17:00					
18:00	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 高澤	17:30～18:30 エアロビヨガ 原田			17:30～18:30 スタンダード60 高澤
19:00					
20:00	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 安藤	19:00～20:00 腫トレ ビューティーヨガ 月原			19:15～20:15 スリムアッププレス 原田
21:00	21:00～21:50 全身引締MAX 高澤				21:00～22:00 フェイスアップヨガ 安藤
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

