

水島店【2月1日～2月8日スケジュール】

2023年 1月 27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	10:30～11:30 エアロビヨガ 柏木		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 森山	10:30～11:30 背中美人ヨガ 森山	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 戸木田	10:30～11:30 スタンダード60 森山	10:30～11:30 脚活ヨガ 小林
11:00							
12:00	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 小林		12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 森山	12:15～13:15 はじめてのハーワーク (会員様限定)戸木田	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 森山	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 小林	12:15～13:15 スタンダード60 森山
13:00							
14:00	14:00～15:00 ダイエットヨガ 小林		14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 戸木田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 森山	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 戸木田	14:00～15:00 背中美人ヨガ 森山	14:00～14:50 全身引締MAX 小林
15:00							
16:00							
17:00							
18:00	17:30～18:30 ホットピラティス 戸木田	17:30～18:30 ボールでやがみとりヨガ 戸木田	17:00～18:30 アドバанс90 (会員様限定) 小林	17:30～18:30 エアロビヨガ 柏木	15:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小林	15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 森山	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 戸木田
19:00	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 森山	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 戸木田	19:15～20:15 スタンダード60 柏木	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 小林			19:15～20:15 パワヨガAdvance (会員様限定)小林
20:00							
21:00	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 森山	21:00～22:00 スタンダード60 柏木	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 柏木				21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 戸木田
22:00							

定
休
日

水島店【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 エアロビヨガ 柏木	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 森山	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 柏木	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 戸木田	10:30～11:30 はじめてのハーワーク (会員様限定)戸木田	10:30～11:30 脚活ヨガ 小林
12:00						
13:00			12:15～13:15 スリムアッププレス 戸木田	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 柏木	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 森山	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 柏木
14:00			14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 柏木	14:00～15:00 背中美人ヨガ 森山	14:00～15:00 スタンダード60 柏木	14:00～15:10 ティープレスヨガ 戸木田
15:00						
16:00						
17:00	17:00～18:00 美ボディフロー ピラティス 戸木田	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 森山	17:30～18:30 スタンダード60 柏木	15:45～16:45 ホットピラティス 戸木田	15:45～16:45 肩コリラックスヨガ 森山	17:30～18:30 脚活ヨガ 小林
18:00						
19:00	18:45～19:45 リンパデトックスヨガ 柏木					
20:00	20:30～22:00 EXパワヨガ (会員様限定) 森山					
21:00		21:00～22:00 はじめてのハーワーク (会員様限定)森山				
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♪



水島店【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 リンパデトックスヨガ 柏木	10:30～11:20 全身引締MAX 小林	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)小林		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 戸木田	10:30～11:40 ディープレスヨガ 戸木田	10:30～11:30 臨トレ ピューティーヨガ 森山
12:00								
13:00		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 森山	12:15～13:15 臨活ヨガ 小林	12:15～13:15 スタンダード60 柏木		12:15～13:15 スタンダード60 柏木	12:25～13:25 エアロビヨガ 柏木	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)戸木田
14:00		14:00～15:00 エアロビヨガ 柏木	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)戸木田	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 柏木		14:00～15:00 ホットピラティス 戸木田	14:10～15:10 ボールでゆがみとりヨガ 戸木田	14:00～15:10 ディープレスヨガ 戸木田
15:00								
16:00								15:55～16:55 リンパデトックスヨガ 柏木
17:00		17:00～18:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 森山	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 柏木			17:30～18:30 臨活ヨガ 小林	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 森山	17:40～18:40 エアロビヨガ 柏木
18:00		17:30～18:30 スタンダード60 小林						
19:00		19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 森山	19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 戸木田	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 戸木田		19:15～20:05 全身引締MAX 小林	19:15～20:15 ダイエットヨガ 小林	19:25～20:25 肩コリラックスヨガ 森山
20:00								
21:00	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小林	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 戸木田				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 柏木	21:00～22:00 SUMO YOGA 森山	
22:00								

水島店【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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 森山	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 戸木田	10:30～11:30 スタンダード60 森山	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 柏木	
12:00					12:15～13:15 エアロビヨガ 柏木
13:00	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 戸木田	12:15～13:15 スタンダード60 柏木	12:15～13:15 臨トレ ピューティーヨガ 森山		14:00～15:30 アドバンス90 (会員様限定) 小林
14:00	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 森山	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 戸木田	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 小林		17:30～18:30 スタンダード60 戸木田
15:00					
16:00		15:45～16:45 エアロビヨガ 柏木	15:45～16:45 免疫セラピーヨガ 小林		
17:00					
18:00	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 小林	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 小林			
19:00	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)戸木田	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小林		19:15～20:15 スリムアッププレス 戸木田	
20:00					
21:00	21:00～21:50 全身引締MAX 小林			21:00～22:00 臨活ヨガ 小林	
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

