

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						定 休 日		
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 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 腸活ヨガ 小林
12:00								
13:00	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「ハーヨガ」 (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
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				15:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小林	15:45～16:30 BEAT GORE HIT 森山			
17:00			17:00～18:30 アドバンス90 (会員様限定) 小林					
18:00	17:30～18:30 ホットピラティス 戸木田	17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 戸木田		17:30～18:30 エアロビヨガ 柏木			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 戸木田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 柏木
19:00								
20:00	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 パワーヨガAdvance (会員様限定) 小林	19:15～20:15 スリムアッププレス 戸木田
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	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 戸木田
22:00								

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					定 休 日		
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「ハーヨガ」 (会員様限定) 戸木田
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	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 森山
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 ディーププレスヨガ 戸木田	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 戸木田
15:00							
16:00			15:45～16:45 ホットピラティス 戸木田	15:45～16:45 肩コリリラックスヨガ 森山			
17:00	17:00～18:00 美ボディフロー ピラティス 戸木田						
18:00		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			17:30～18:30 腸活ヨガ 小林	17:30～18:30 エアロビヨガ 柏木
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「ハーヨガ」 (会員様限定) 森山	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 戸木田	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 戸木田			19:15～20:15 スタンダード60 柏木	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 小林
21:00		21:00～22:00 はじめての「ハーヨガ」 (会員様限定) 森山				21:00～22:00 Sound Feel Yoga 小林	21:00～22:00 特別レッスン※有料 森山
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♪



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					定 休 日			
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 ディープブレスヨガ 戸木田	10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 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 腸活ヨガ 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 はじめてのハワ-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 はじめてのハワ-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 ディープブレスヨガ 戸木田
15:00								
16:00			15:45～16:45 スタンダード60 柏木	15:45～16:45 免疫セラピーヨガ 小林				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 腸活ヨガ 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						19:15～20:05 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	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					
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 もも尻ヨガピス 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				定 休 日	
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					
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 腫トレ ビューティーヨガ 森山		12:15～13:15 エアロビヨガ 柏木
14:00	14:00～14:45 BEAT CORE HIT 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		14:00～15:30 アドバンス90 (会員様限定) 小林
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			17:30～18:30 スタンダード60 戸木田
19:00					
20:00	19:15～20:15 はじめてのハワ-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 スリムアップブレス 戸木田
21:00	21:00～21:50 全身引締MAX 小林				21:00～22:00 腸活ヨガ 小林
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

