

広島店【4月1日～4月8日スケジュール】

2023年3月28日更新

	4月1日(土)	4月2日(日)	4月3日(月)	4月4日(火)	4月5日(水)	4月6日(木)	4月7日(金)	4月8日(土)
9:00			定休日					
10:00								
11:00	10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 原田	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 桑川		10:30～11:30 スタンダード60 相澤	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 内田		10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 相澤
12:00								
13:00	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 相澤		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 桑川	12:15～13:15 スタンダード60 相澤		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 桑川
14:00	14:00～15:00 フェイスアップヨガ 原田	14:00～15:00 はじめてのハワーク (会員様限定)原田		14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤	14:00～15:00 エアロビヨガ 内田		14:00～15:00 スタンダード60 相澤	14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 原田
15:00								
16:00	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 原田	15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 原田						15:30～17:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 桑川
17:00								
18:00	17:30～18:30 ココカラダリセットヨガ 内田			17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 内田		17:30～18:30 腫トレ ビューティーヨガ 原田	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 桑川	17:30～18:30 ホットピラティス 原田
19:00				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 桑川	19:15～20:15 はじめてのハワーク (会員様限定)原田	19:15～20:15 スタンダード60 相澤	19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 原田	
20:00								
21:00				20:50～21:50 ダイエットヨガ 内田	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 相澤	20:50～21:50 もも尻ヨガティス 原田	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 桑川	
22:00								

広島店【4月9日～4月15日スケジュール】

	4月9日(日)	4月10日(月)	4月11日(火)	4月12日(水)	4月13日(木)	4月14日(金)	4月15日(土)
9:00		定休日					
10:00							
11:00	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 原田		10:30～11:30 はじめてのハワーク (会員様限定)原田	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤		10:30～11:30 もも尻ヨガティス 原田	10:30～11:30 スタンダード60 相澤
12:00							
13:00	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 桑川		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 相澤	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 桑川		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 桑川	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 桑川
14:00	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 原田		14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 原田			14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 原田	14:00～15:00 はじめてのハワーク (会員様限定)原田
15:00							
16:00	15:45～16:45 スリムアッププレス 桑川						15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 桑川
17:00					17:00～18:30 アドバンス90 (会員様限定) 内田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 桑川	17:30～18:30 フェイスアップヨガ 原田
18:00			17:30～18:30 スタンダード60 相澤	17:30～18:30 ホットピラティス 原田			
19:00			19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 桑川	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 内田	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 相澤	19:15～20:15 エアロビヨガ 内田	
20:00							
21:00			20:50～21:50 セルトル美脚ヨガ 桑川	20:50～21:50 Beat Drum Diet3.0 二の練習中Edition 内田	20:50～21:50 スタンダード60 相澤	20:50～21:50 免疫セラピーヨガ 内田	
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▶



広島店【4月16日～4月23日スケジュール】

	4月16日(日)	4月17日(月)	4月18日(火)	4月19日(水)	4月20日(木)	4月21日(金)	4月22日(土)	4月23日(日)
9:00		定 休 日						
10:00								
11:00	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 栗川		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 栗川	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 内田		10:30～11:30 スタンダード60 相澤	10:30～11:30 ポールでゆがみトリック 原田	10:30～11:30 ダイエットヨガ 内田
12:00	12:00～13:30 アドバンス90 (会員様限定) 内田		12:15～13:15 スリムアッププレス 栗川	12:15～13:15 腫トレ ビューティーヨガ 原田		12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 原田	12:15～13:15 ココロカラダリセット3か 内田
13:00								
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 栗川		14:00～15:00 スタンダード60 相澤	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 内田		14:00～15:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 栗川	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 相澤	14:00～15:00 スタンダード60 相澤
15:00								
16:00	15:45～16:45 もも尻ヨガティス 原田						15:45～16:45 エアロビヨガ 内田	15:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤
17:00								
18:00			17:30～18:30 背中美人ヨガ 相澤		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 栗川	17:30～18:30 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)原田	17:30～18:30 スタンダード60 相澤	
19:00			19:15～20:15 エアロビヨガ 内田	19:15～20:15 スタンダード60 相澤	19:15～20:15 背中美人ヨガ 相澤	19:15～20:15 ココロカラダリセット3か 内田		
20:00								
21:00			20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 相澤	20:50～21:50 Sound Feel Yoga 栗川	20:50～21:50 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田	20:50～21:50 腫トレ ビューティーヨガ 原田		
22:00								

広島店【4月24日～4月30日スケジュール】

	4月24日(月)	4月25日(火)	4月26日(水)	4月27日(木)	4月28日(金)	4月29日(土)	4月30日(日)
9:00	定 休 日						
10:00		10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 原田	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田		10:30～11:30 背中美人ヨガ 相澤	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 栗川	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 栗川
11:00							
12:00		12:15～13:15 ホットピラティス 原田	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 栗川		12:15～13:15 フェイスアップヨガ 原田	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 内田	12:15～13:15 スリムアッププレス 栗川
13:00							
14:00		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 相澤			14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 原田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 内田	14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 原田
15:00							
16:00						15:45～16:45 スタンダード60 相澤	15:45～17:15 アドバンス90 (会員様限定) 内田
17:00		17:00～18:30 アドバンス90 (会員様限定) 内田	17:30～18:30 スタンダード60 相澤	17:30～18:30 ココロカラダリセット3か 内田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 相澤	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 栗川	
18:00							
19:00		19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 内田	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 内田	19:15～20:15 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)原田	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 栗川		
20:00							
21:00		20:50～21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 栗川	20:50～21:50 免疫セラピーヨガ 内田	20:50～21:50 エアロビヨガ 内田	20:50～21:50 スリムアッププレス 栗川		
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

◆ヨガ哲学を生活に取り入れて「もっと、わたしを好きになる」講座

◆簡単マインドフルネス瞑想クラス

: 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

: ヨガの経典「ヨガ・スートラ」をベースに、「幸せに生きるための秘訣」を学び、ヨガ哲学を日常に活かせる講座

: マインドフルネスについて学んだ後、マインドフルネスヨガ・マインドフルネス瞑想を行うクラス

オンラインワークショップの詳細は

