

和歌山店【5月1日～5月8日スケジュール】

2023年 5月 3日更新

	5月1日(月)	5月2日(火)	5月3日(水)	5月4日(木)	5月5日(金)	5月6日(土)	5月7日(日)	5月8日(月)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の臍膏中Edition 米倉	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 米倉	10:30～11:30 パワーコガAdvance (会員様限定)西川	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 米倉	10:30～11:30 エアロビヨガ 西川	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 毛利	
12:00		12:00～13:00 ■■■ ピューティーヨガ 米倉	12:15～13:15 育中美人ヨガ 米倉	12:15～13:15 フェイスアップヨガ 西川	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 米倉	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 西川	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 上村	
13:00								
14:00		13:30～14:30 美ボディフロー ピラティス 上村	13:45～15:15 EXパワーコガ (会員様限定) 西川	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 上村	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 西川	14:00～15:00 はじめてのパワーコガ (会員様限定)米倉	14:00～15:00 ポールでゆがみとりヨガ 毛利	
15:00		15:00～16:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 上村			15:30～17:00 アドバンス90 (会員様限定) 毛利			
16:00			15:45～16:45 肩コリラックスヨガ 上村	16:45～18:45 ホットピラティス 上村		15:45～16:45 ■■■ ピューティーヨガ 米倉	15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 米倉	
17:00								
18:00		18:00～19:10 ディーププレスヨガ 西川	17:30～18:30 ダイエットヨガ 上村	17:30～18:30 ポールでゆがみとりヨガ 毛利	17:30～18:30 エアロビヨガ 西川	17:30～19:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 上村		
19:00		19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 上村		19:00～20:00 Sound Feel Yoga 毛利		19:00～20:00 ダイエットヨガ 上村		
20:00								
21:00		21:00～22:00 スリムアッププレス 西川						
22:00								

和歌山店【5月9日～5月15日スケジュール】

	5月9日(火)	5月10日(水)	5月11日(木)	5月12日(金)	5月13日(土)	5月14日(日)	5月15日(月)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 はじめてのパワーコガ (会員様限定)米倉	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 西川	10:30～11:30 スリムアッププレス 西川	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 上村	10:30～11:30 腸活ヨガ 梅原	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 上村	
12:00	12:00～13:00 免疫セラピーヨガ 米倉	12:00～13:00 エアロビヨガ 西川	12:00～13:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 西川	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 上村	12:00～13:30 アドバンス90 (会員様限定) 毛利	12:15～13:15 育中美人ヨガ 米倉	
13:00							
14:00	13:30～14:30 パワーコガAdvance (会員様限定)西川	13:30～14:30 スタンダード60 上村	13:30～14:15 Beat Drum Diet3.0 二の臍膏中Edition 米倉	13:30～14:30 ポールでゆがみとりヨガ 毛利	14:00～15:10 ディーププレスヨガ 梅原	14:00～16:10 【母の日特別企画】 Mother's Day Yoga 毛利	
15:00		15:00～16:00 もも尻ヨガティス 上村	15:00～16:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 米倉	15:00～16:00 Sound Feel Yoga 毛利	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 毛利	15:45～16:45 ■■■ ピューティーヨガ 米倉	
16:00							
17:00						17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 毛利	
18:00	18:00～19:00 ホットピラティス 上村	18:00～19:00 ■■■ ピューティーヨガ 米倉	18:00～19:00 育中美人ヨガ 米倉	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ 毛利			
19:00							
20:00	19:30～20:30 フェイスアップヨガ 西川	19:30～20:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 米倉	19:30～20:30 美ボディフロー ピラティス 上村	19:30～20:30 スタンダード60 米倉			
21:00	21:00～22:00 ダイエットヨガ 上村	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 米倉	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 上村	21:00～22:00 はじめてのパワーコガ (会員様限定)米倉			
22:00							

【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。

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。



和歌山店【5月16日～5月23日スケジュール】

	5月16日(火)	5月17日(水)	5月18日(木)	5月19日(金)	5月20日(土)	5月21日(日)	5月22日(月)	5月23日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 ポールでゆがみとりヨガ 毛利	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 毛利	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 西川	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 西川	10:30～11:30 スタンダード60 黒川	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)米倉		10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 上村
12:00	12:00～13:00 ダイエットヨガ 上村			12:00～13:00 スリムアッププレス 西川	12:00～13:00 エアロビヨガ 西川	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 上村	12:15～13:15 背中美人ヨガ 米倉	12:00～13:00 脚トレ ピューティーヨガ 米倉
13:00		12:30～13:30 免疫セラピーヨガ 米倉						13:30～14:30 セルトル美脚ヨガ 米倉
14:00	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 上村	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 米倉	13:30～14:30 脚トレ ピューティーヨガ 米倉	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 米倉	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 上村	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 米倉		15:00～16:00 リンパデトックスヨガ 上村
15:00	15:00～16:00 Sound Feel Yoga 毛利		15:00～16:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)米倉	15:00～15:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 米倉	15:30～16:30 フェイスアップヨガ 西川		15:45～16:45 スタンダード60 黒川	18:00～19:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)毛利
16:00								19:30～20:30 ココロカラダリセットヨガ 西川
17:00					17:00～18:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 西川			21:00～22:00 背中美人ヨガ 毛利
18:00	18:00～19:00 脚活ヨガ 西川	18:00～19:00 もも尻ヨガティス 上村	18:00～19:00 スタンダード60 黒川	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 上村				
19:00								
20:00	19:30～20:30 エアロビヨガ 西川	19:30～20:30 スタンダード60 黒川	19:30～20:30 ポールでゆがみとりヨガ 毛利	19:30～20:30 セルトル美脚ヨガ 毛利				
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 黒川	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)西川	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 毛利	21:00～22:00 ホットピラティス 上村				
22:00								

定
休
日

和歌山店【5月24日～5月31日スケジュール】

	5月24日(水)	5月25日(木)	5月26日(金)	5月27日(土)	5月28日(日)	5月29日(月)	5月30日(火)	5月31日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 毛利	10:30～11:30 ポールでゆがみとりヨガ 毛利	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 上村	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 米倉			10:30～11:30 エアロビヨガ 西川	10:30～11:30 脚トレ ピューティーヨガ 米倉
12:00	12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 毛利	12:00～13:00 セルトル美脚ヨガ 毛利	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 上村	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)米倉			12:00～13:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 西川	12:00～13:00 背中美人ヨガ 米倉
13:00							13:30～14:30 ダイエットヨガ 上村	13:30～14:30 ポールでゆがみとりヨガ 毛利
14:00	13:30～14:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 西川	13:30～14:30 ホットピラティス 上村	13:30～14:30 スタンダード60 黒川	14:00～15:00 スリムアッププレス 西川			15:00～16:00 リンパデトックスヨガ 上村	15:00～16:00 もも尻ヨガティス 上村
15:00	15:00～16:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)西川	15:00～16:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 毛利	15:00～16:00 ダイエットヨガ 上村	15:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 西川			18:00～19:00 ポールでゆがみとりヨガ 毛利	18:00～19:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)西川
16:00							19:30～20:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)毛利	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 上村
17:00					17:30～18:30 スタンダード60 黒川			21:00～22:00 スタンダード60 黒川
18:00	18:00～19:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 米倉	18:00～19:00 エアロビヨガ 西川	18:00～19:00 スタンダード60 黒川				21:00～22:00 脚活ヨガ 西川	
19:00								
20:00	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 米倉	19:30～20:30 美ボディフロー ピラティス 上村	19:30～20:30 免疫セラピーヨガ 米倉					
21:00	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 上村	21:00～22:00 フェイスアップヨガ 西川	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 米倉					
22:00								

定
休
日