

広島店【9月1日～9月8日スケジュール】

2022年8月15日更新

	9月1日(木)	9月2日(金)	9月3日(土)	9月4日(日)	9月5日(月)	9月6日(火)	9月7日(水)	9月8日(木)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:30 スタンダード60 相澤	10:30～11:30 腹筋MAX 内田	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 栗川		10:30～11:30 はじめての「ハワ-ヨガ」 (会員様限定)原田	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 内田	
12:00		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 原田	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 原田	12:00～13:30 アドバンス90 (会員様限定) 内田		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 栗川	12:15～13:15 スリムアッププレス 内田	
13:00								
14:00		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 原田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 内田	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 原田		14:00～15:00 もも尻ヨガティス 原田		
15:00								
16:00			15:45～16:45 スタンダード60 相澤	15:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田				
17:00								
18:00	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 原田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 原田	17:30～18:30 ダイエットヨガ 内田			17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 内田	17:30～18:30 スタンダード60 相澤	17:30～18:30 腹筋MAX 内田
19:00								
19:15	19:15～20:15 スタンダード60 相澤	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 内田				19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 内田	19:15～20:15 背中美人ヨガ 原田	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 リンパデトックスヨガ 原田	20:50～21:50 スリムアッププレス 内田				20:50～21:50 スタンダード60 相澤	20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 原田	20:50～21:50 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田
22:00								

定休日

広島店【9月9日～9月15日スケジュール】

	9月9日(金)	9月10日(土)	9月11日(日)	9月12日(月)	9月13日(火)	9月14日(水)	9月15日(木)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 ホットピラティス 原田	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 原田	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 栗川		10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 原田	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 栗川	
12:00							
12:15	12:15～13:15 スタンダード60 相澤	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 内田	12:15～13:15 スタンダード60 相澤		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 栗川	12:15～13:15 スタンダード60 相澤	
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 スタンダード60 相澤	14:00～15:00 腹筋MAX 内田		14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 栗川	
15:00							
16:00		15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 原田	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 内田				
17:00							
18:00	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 栗川	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 内田			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 栗川		17:30～18:30 ダイエットヨガ 内田
19:00							
19:15	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 栗川				19:15～20:15 スタンダード60 相澤	18:45～20:15 アドバンス90 (会員様限定) 内田	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 栗川
20:00							
21:00	20:50～21:50 スタンダード60 相澤				20:50～21:50 肩コリラックスヨガ 栗川	20:50～21:50 ホットピラティス 原田	20:50～21:50 免疫セラピーヨガ 内田
22:00							

定休日

【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。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【9月16日～9月23日スケジュール】

	9月16日(金)	9月17日(土)	9月18日(日)	9月19日(月)	9月20日(火)	9月21日(水)	9月22日(木)	9月23日(金)	
9:00				定 休 日					
10:00									
10:30～11:30	腹筋MAX 内田	骨盤矯正ヨガ 内田	10:30～11:30 スタンダード60 相澤			10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 柴川	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 内田		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 相澤
11:00									
12:00						12:15～13:15 スリムアッププレス 柴川	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 内田		12:15～13:15 ダイエットヨガ 内田
12:15～13:15	肩コリラックスヨガ 柴川	12:15～13:15 アロマリラクゼーション HARVAL RELAX 内田	12:15～13:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)原田						
13:00									
14:00	14:00～15:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 内田	13:45～15:15 EXパワーヨガ (会員様限定)柴川	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 柴川			14:00～15:00 スタンダード60 相澤			14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 内田
15:00									
16:00		15:45～16:45 腹筋MAX 内田	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 原田						15:45～16:45 セルトル奥脚ヨガ 柴川
17:00									
17:30～18:30	スタンダード60 相澤	17:30～18:30 セルトル奥脚ヨガ 柴川				17:30～18:30 腹筋MAX 内田	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 内田	17:30～18:30 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 内田
18:00									
19:00	19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 原田					19:15～20:15 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 原田	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 相澤	19:15～20:15 背中美人ヨガ 原田	
20:00									
21:00	20:50～21:50 背中美人ヨガ 原田				20:50～21:50 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)原田	20:50～21:50 美ボディフロー ピラティス 原田	20:50～21:50 ボールでゆがみとりヨガ 原田		
22:00									

広島店【9月24日～9月31日スケジュール】

	9月24日(土)	9月25日(日)	9月26日(月)	9月27日(火)	9月28日(水)	9月29日(木)	9月30日(金)	
9:00			定 休 日					
10:00								
10:30～11:30	腹筋MAX 内田	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 柴川			10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 内田	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 原田		10:30～11:30 スタンダード60 相澤
11:00								
12:00					12:15～13:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)原田	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 相澤		12:15～13:15 セルトル奥脚ヨガ 柴川
12:15～13:15	スタンダード60 相澤	12:15～13:15 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 内田						
13:00								
14:00	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 柴川	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 内田			14:00～15:00 腹筋MAX 内田	14:00～15:00 背中美人ヨガ 原田		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 相澤
15:00								
16:00	15:45～16:45 スリムアッププレス 内田	15:45～16:45 スタンダード60 相澤						
17:00								
17:30～18:30	リンパデトックスヨガ 相澤				17:30～18:30 ホットピラティス 原田		17:00～18:30 EXパワーヨガ (会員様限定)柴川	17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 原田
18:00								
19:00					19:15～20:15 アロマリラクゼーション HARVAL RELAX 原田	19:15～20:15 スタンダード60 相澤	19:15～20:15 ダイエットヨガ 内田	19:15～20:15 腹筋MAX 内田
20:00								
21:00				20:50～21:50 スタンダード60 相澤	20:50～21:50 スリムアッププレス 柴川	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 相澤	20:50～21:50 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)原田	
22:00								

オンライン講座・ワークショップのご案内

オンラインワークショップの詳細は

- ◆自分史上最高の体へ！ボディメイクワークショップ
- ◆もっとわたしを好きになるRYT200オンライン講座
- ◆瞑想指導者養成講座

: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です。
: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です。
:脳科学・心理学の見地から、瞑想の効果、それに会おうための方法を実践を通して身につけていく講座です。

