

広島店【9月1日～9月8日スケジュール】

2022年9月10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 金山	10:30～11:30 旗筋MAX 内田	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 金山		10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (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								
13:00								
14:00		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	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 金山		12:15～13:15 スタンダード60 相澤	12:15～13:15 スリムアッププレス 内田	
15:00								
16:00		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 金山	14:00～16:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 金山	14:00～16:00 スタンダード60 内田		14:00～16:00 もも尻ヨガティス 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 金山	17:30～18:30 スタンダード60 相澤	17:30～18:30 旗筋MAX 内田
19:00		19:15～20:15 スタンダード60 金山	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 内田			19:15～20:15 Sound Feel Yoga 金山	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								

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 内田		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 内田	
12:00	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 内田	12:15～13:15 スタンダード60 相澤	
13:00							
14:00	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)原田	14:00～15:00 スタンダード60 相澤	14:00～15:00 旗筋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 原田	
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 免疫セラピーヨガ 内田	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 内田			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 原田	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 原田	
19:00	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 内田				19:15～20:15 アドバンス90 (会員様限定)内田	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 原田	
20:00							
21:00	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 ホットピラティス 原田	20:50～21:50 スタンダード60 相澤
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。



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								
10:00								
11:00	10:30～11:30 腹筋MAX 内田	10:30～11:30 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 栗川	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 栗川
12:00								
13:00								
14:00	12:15～13:15 スタンダード60 相澤	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 内田	12:15～13:15 はじめてのハーネス (会員様限定)原田		12:15～13:15 スリムアップブレス 内田	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
15:00								
16:00								
17:00								
18:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 内田	13:45～15:15 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 原田		14:00～15:00 スタンダード60 相澤			14:00～15:00 ココロカラリセッショナリー ^{ヨガ} 内田
19:00								
20:00								
21:00	15:45～16:45 腹筋MAX 内田	15:45～16:45 美ボディフロー ^{ビラティス} 原田			17:30～18:30 腹筋MAX 内田	17:30～18:30 パワーヨガAdvanced (会員様限定)原田	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 内田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 内田
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							
10:00							
11:00	10:30～11:30 腹筋MAX 内田	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 栗川		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 ^{ビラティス} 原田		10:30～11:30 スタンダード60 相澤
12:00							
13:00	12:15～13:15 スタンダード60 相澤	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 内田		12:15～13:15 はじめてのハーネス (会員様限定)原田	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
14:00							
15:00							
16:00	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 栗川	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 栗川
17:00							
18:00	15:45～16:45 スリムアップブレス 内田	15:45～16:45 スタンダード60 相澤		17:30～18:30 ホットビラティス 原田		17:00～18:30 EXパワー・ヨガ (会員様限定)栗川	17:30～18:30 ポールでゆがみとりヨガ ^{ヨガ} 原田
19:00							
20:00							
21:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 栗川			19:15～20:15 アロマリラックスヨガ 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
22:00							

オンライン講座・ワークショップのご案内

- ◆自分史上最高の体へ!ボディメイクワークショップ :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!IWSです。
- ◆もっとわたしを好きになるRYT200オンライン講座 :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です。
- ◆瞑想指導者養成講座 :脳科学・心理学の見地から、瞑想の効果、それ出会いのための方法を実践を通して身につけていく講座です。

オンラインワークショップの詳細は

