

自由が丘店【11月1日～11月8日スケジュール】

2022年 10月 26日更新

	11月 1日(火)	11月 2日(水)	11月 3日(木)	11月 4日(金)	11月 5日(土)	11月 6日(日)	11月 7日(月)	11月 8日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 臺田	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 臺田	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)長谷部	10:30～11:30 スタンダード60 蔵内	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 臺田	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 飯塚		
12:00								
13:00	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 飯塚	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 臺田	12:15～13:15 スタンダード60 蔵内	12:15～13:15 青中養人ヨガ 岩村	12:15～13:15 もも肩ヨガティス 飯塚	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 飯塚		
14:00	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 臺田	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 長谷部	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 臺田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 岩村	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 臺田	14:00～15:00 スタンダード60 蔵内		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 飯塚
15:00								
16:00								
17:00								
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 蔵内		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長谷部	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 臺田	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 飯塚			17:20～18:20 骨盤矯正ヨガ 臺田
19:00	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 飯塚	19:15～20:15 スタンダード60 蔵内		19:15～20:15 ホットピラティス 長谷部				19:05～20:05 スリムアッププレス 長谷部
20:00								
21:00	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 飯塚	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 長谷部		21:00～22:00 スリムアッププレス 長谷部				20:50～22:00 ディープレスヨガ 長谷部
22:00								

自由が丘店【11月9日～11月15日スケジュール】

	11月 9日(水)	11月 10日(木)	11月 11日(金)	11月 12日(土)	11月 13日(日)	11月 14日(月)	11月 15日(火)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 蔵内		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 飯塚	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 飯塚	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 長谷部		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 臺田
12:00							
13:00	12:15～13:45 アロマリラックスヨガ (会員様限定) 飯塚		12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 飯塚	12:15～13:15 スタンダード60 蔵内	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 臺田		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 臺田
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長谷部	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 飯塚	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 臺田				17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 飯塚
20:00							19:15～20:15 スタンダード60 蔵内
21:00	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 長谷部	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)長谷部	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 臺田				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 飯塚
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。



自由が丘店【11月16日～11月23日スケジュール】

	11月 16日(水)	11月 17日(木)	11月 18日(金)	11月 19日(土)	11月 20日(日)	11月 21日(月)	11月 22日(火)	11月 23日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 ホットピラティス 飯塚			10:30～11:30 リンパデックスヨガ 飯塚	10:30～11:30 パワーコガAdvance (会員様限定)長谷部	10:30～11:30 スタンダード60 飯塚	10:30～11:30 腸活ヨガ 臺田	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長谷部
12:00								
13:00								
14:00	14:00～15:00 リンパデックスヨガ 飯塚			14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 臺田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長谷部	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 臺田	14:00～15:00 スリムアッププレス 長谷部	14:00～15:00 はじめてのパワーコガ* (会員様限定)飯塚
15:00								
16:00								
17:00								
18:00				17:30～18:30 腸活ヨガ 飯塚	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長谷部	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 臺田	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 臺田	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 臺田
19:00	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 臺田	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長谷部	19:15～20:15 スタンダード60 飯塚				19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 飯塚	
20:00								
21:00	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 臺田	21:00～22:00 スタンダード60 臺田	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 長谷部				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 飯塚	
22:00			*					

定休日

自由が丘店【11月24日～11月30日スケジュール】

	11月 24日(木)	11月 25日(金)	11月 26日(土)	11月 27日(日)	11月 28日(月)	11月 29日(火)	11月 30日(水)
9:00							
10:00							
11:00		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 臺田	10:30～11:30 リンパデックスヨガ 飯塚	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 飯塚		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 長谷部	10:30～11:30 スタンダード60 飯塚
12:00							
13:00		12:15～13:15 スタンダード60 飯塚	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 飯塚	12:15～13:15 スリムアッププレス 長谷部		12:15～13:15 スタンダード60 飯塚	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 臺田
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00		17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 長谷部	17:30～18:30 ホットピラティス 長谷部	17:30～18:30 腸活ヨガ 臺田		17:30～18:30 骨中美人ヨガ 岩村	
19:00							
20:00		19:15～20:15 スタンダード60 飯塚	19:15～20:15 はじめてのパワーコガ* (会員様限定)飯塚			19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 飯塚	18:45～19:45 アロマリラックスヨガ ピラティス 飯塚
21:00		21:00～22:00 寝せる身体をつくる ダイエットヨガ 長谷部	21:00～22:00 リンパデックスヨガ 飯塚			21:00～22:00 スタンダード60 臺田	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 長谷部
22:00							

定休日

オンライン講座のご案内

- ◆あなたの本質を開くRYT300オンライン講座
- ◆無料オンライン説明会

:ヨガもっと知りたい、上達したい方向への、資格が取得できる講座です。

:あなたの本質を開くRYT300オンライン講座の無料説明会です。

興味がある方、詳細が知りたい方、ご不安な点がある方はお気軽にご参加ください。

オンラインワークショップの詳細は

