

トキハわさだタウン店【3月1日～3月8日スケジュール】

2025年3月14日更新

03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 小田	10:30~11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 見玉	定休日	10:30~11:30 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 見玉	10:30~11:15 BEAT CORE HIT (45分) 見玉		10:30~11:30 腫トレビューティー ヨガ(80分) 川元	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 川元	
12:15~13:15	12:15~13:15		12:15~13:15	12:15~13:15	12:15~13:15		12:15~13:00	12:15~13:15
はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 川元	腸活ヨガ ver.2 (80分) 安田		セルトル美脚ヨガ (80分) 安田	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 見玉			Beat Drum Diet 3.0 (45分) 相澤	腸活ヨガ ver.2 (80分) 安田
14:00~15:00	14:00~14:45		14:00~15:00	14:00~15:00	14:00~15:00		14:00~15:00	14:00~15:00
花粉症スッキリヨガ (80分) 見玉	ピラティス ブートキャンプ(45分) 見玉		全身ととう 寝たまんまヨガ(80分) 見玉	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分) 安田			全身ととう 寝たまんまヨガ(80分) 相澤	パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 川元
15:45~16:30	15:45~16:45							15:45~16:45
Beat Drum Diet 3.0 (45分) 相澤	スタンダード80 (80分) 小田							スタンダード80 (80分) 小田
17:30~18:30								17:30~18:30
小顔リフトピラティス (80分) 相澤								セルトル美脚ヨガ (80分) 安田
				17:30~18:30		17:30~18:30	17:30~18:30	
				ホットピラティス (80分) 川元		はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 川元	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分) 安田	
				19:15~20:15	19:15~20:15	19:15~20:15	19:15~20:15	
			Sound Feel Yoga ver.2(80分) 相澤	パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 川元	花粉症スッキリヨガ (80分) 見玉	美ボディフロー ピラティス(80分) 川元		
			21:00~22:00	21:00~22:00	21:00~21:45	21:00~22:00		
			腫トレビューティー ヨガ(80分) 相澤	スタンダード80 (80分) 小田	BEAT CORE HIT (45分) 見玉	お腹引き締めヨガ (80分) 見玉		

トキハわさだタウン店【3月9日～3月16日スケジュール】

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30~11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 相澤	定休日	10:30~11:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 安田	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 安田		10:30~11:30 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 見玉	10:30~11:15 ピラティス ブートキャンプ(45分) 見玉	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 川元	
12:15~13:15		12:15~13:15	12:15~13:15	12:15~13:15	12:15~13:15	12:15~13:15	12:15~13:15	
スタンダード80 (80分) 安田		小顔リフトピラティス (80分) 相澤	ホットピラティス (80分) 川元			お腹引き締めヨガ (80分) 見玉	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 見玉	はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 川元
14:00~15:00		14:00~14:45	14:00~14:45			14:00~15:00	14:00~15:00	14:00~15:00
小顔リフトピラティス (80分) 相澤		ピラティス ブートキャンプ(45分) 相澤				ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分) 安田	お腹引き締めヨガ (80分) 見玉	スタンダード80 (80分) 小田
15:45~16:45							15:45~16:45	15:45~16:45
セルトル美脚ヨガ (80分) 安田							美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 相澤	美ボディフロー ピラティス(80分) 川元
							17:30~18:30	
							スタンダード80 (80分) 小田	
			17:30~18:30	17:30~18:30	17:30~18:15	17:30~18:30		
			スタンダード80 (80分) 小田	お腹引き締めヨガ (80分) 見玉	ピラティス ブートキャンプ(45分) 相澤	小顔リフトピラティス (80分) 相澤		
			19:15~20:00	19:15~20:15	19:15~20:15	19:15~20:15		
			BEAT CORE HIT (45分) 見玉	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 見玉	花粉症スッキリヨガ (80分) 見玉	パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 川元		
		21:00~22:00	21:00~21:45	21:00~22:00	21:00~22:00			
		オトナのための オールインワンヨガ(80分) 見玉	Beat Drum Diet 3.0 (45分) 相澤	セルトル美脚ヨガ (80分) 安田	全身ととう 寝たまんまヨガ(80分) 相澤			

- ◆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。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



トキハわさだタウン店【3月17日～3月24日スケジュール】

2025年3月14日更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30~11:30 全身とこの 寝たままヨガ(80分) 相澤	10:30~11:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 安田	10:30~11:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(80分) 川元	10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 小田	10:30~11:30 スリムアッププレス (80分) 安田	10:30~11:30 子宮温活ヨガ (80分) 川元	定休日
	12:15~13:15 ホットピラティス (80分) 川元	12:15~13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 安田	12:15~13:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 見玉	12:15~13:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 安田	12:15~13:00 リンパデトックスヨガ (80分) 見玉	12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 見玉	
	14:00~15:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 相澤	14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 小田	14:00~15:00 スリムアッププレス (80分) 安田	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 安田	14:00~14:45 BEAT CORE HIT (45分) 見玉	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 見玉	
			15:45~16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 川元		15:45~16:45 腸活ヨガ ver.2 (80分) 安田	15:45~16:45 パワーヨガAdvance (会員権限定)(80分) 川元	
			17:30~18:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分) 安田		17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 小田		
	17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 安田			17:30~18:30 腫トレビューティ ーヨガ(80分) 川元			
	19:15~20:15 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分) 安田	19:15~20:15 お腹引き締めヨガ (80分) 見玉		19:15~20:15 スタンダード80 (80分) 安田			
	21:00~22:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定)(80分) 川元	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ (80分) 見玉		21:00~22:00 美ボディフロー ピラティス(80分) 川元			

トキハわさだタウン店【3月25日～3月31日スケジュール】

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
火	水	木	金	土	日	月
10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 見玉	10:30~11:15 ピラティス ブートキャンプ(45分) 相澤		10:30~11:30 子宮温活ヨガ (80分) 川元	10:30~11:30 パワーヨガAdvance (会員権限定)(80分) 川元	10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 安田	定休日
12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 見玉	12:15~13:15 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分) 安田		12:15~13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 相澤	12:15~13:15 スタンダード80 (80分) 小田	12:15~13:00 BEAT CORE HIT (45分) 見玉	
14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 小田			14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 小田	14:00~15:00 腫トレビューティ ーヨガ(80分) 川元	14:00~15:00 美ボディフロー ピラティス(80分) 川元	
				15:45~16:45 セルトル美脚ヨガ (80分) 安田	15:45~16:45 子宮温活ヨガ (80分) 川元	
				17:30~18:30 全身とこの 寝たままヨガ(80分) 見玉		
17:30~18:30 小顔リフトピラティス (80分) 相澤	17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 小田	17:30~18:30 子宮温活ヨガ (80分) 川元	17:30~18:30 お腹引き締めヨガ (80分) 見玉			
19:15~20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 安田	19:15~20:15 美ボディフロー ピラティス(80分) 川元	19:15~20:00 ピラティス ブートキャンプ(45分) 相澤	19:15~20:15 腸活ヨガ ver.2 (80分) 安田			
21:00~22:00 オトナのための オールインワン(80分) 相澤	21:00~22:00 パワーヨガAdvance (会員権限定)(80分) 川元	21:00~22:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 見玉	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 見玉			

【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)