

広島店【1月1日～1月8日スケジュール】

2022年12月15日更新

| | 1月1日(日) | 1月2日(月) | 1月3日(火) | 1月4日(水) | 1月5日(木) | 1月6日(金) | 1月7日(土) | 1月8日(日) |
|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 9:00 | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | |
| 年末年始休業 | | | | | | | | |

広島店【1月9日～1月15日スケジュール】

| | 1月9日(月) | 1月10日(火) | 1月11日(水) | 1月12日(木) | 1月13日(金) | 1月14日(土) | 1月15日(日) |
|-------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 9:00 | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | |
| 定休日 | | | | | | | |

【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【1月16日～1月23日スケジュール】

| | 1月16日(月) | 1月17日(火) | 1月18日(水) | 1月19日(木) | 1月20日(金) | 1月21日(土) | 1月22日(日) | 1月23日(月) |
|-------|----------|--|--|---------------------------------------|--|--|---|-----------------------------|
| 9:00 | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | | |
| 11:00 | | 10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕瘦中Edition 内田 | 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 スリムアップブレス 栗川 | 10:30～11:30 スタンダード60 相澤 | |
| 12:00 | | | | | | | | |
| 13:00 | | 12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 内田 | 12:15～13:05 全身引締MAX 内田 | | 12:00～13:30 アドバンス90 (会員様限定) 内田 | 12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤 | 12:15～13:15 背中美人ヨガ 原田 | |
| 14:00 | | | | | 14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 内田 | 14:00～15:00 もも尻ヨガティス 原田 | 14:00～15:00 ダイエットヨガ 内田 | 14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 原田 |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | 15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 栗川 | |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | | 17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 原田 | | 17:30～18:30 はじめてのハーネス (会員様限定)原田 | 17:30～18:30 スタンダード60 相澤 | 17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 内田 | | |
| 19:00 | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | | 20:50～21:50 美ボディフロー ピラティス 原田 | 20:50～21:50 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田 | 20:50～21:50 免疫セラピーヨガ 内田 | 20:50～21:50 エアロビヨガ 内田 | | | |
| 22:00 | | | | | | | | |

広島店【1月24日～1月31日スケジュール】

| | 1月24日(火) | 1月25日(水) | 1月26日(木) | 1月27日(金) | 1月28日(土) | 1月29日(日) | 1月30日(月) | 1月31日(火) |
|-------|--|-------------------------------------|-----------------------------|---|---------------------------------------|-------------------------------|----------|---|
| 9:00 | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | | |
| 11:00 | 10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 原田 | 10:30～11:30 背中美人ヨガ 原田 | | 10:30～11:30 ホットピラティス 原田 | 10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 内田 | 10:30～11:20 全身引締MAX 内田 | | 10:30～11:30 スリムアップブレス 栗川 |
| 12:00 | | | | | | | | |
| 13:00 | 12:15～13:15 ダイエットヨガ 内田 | 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 HERBAL RELAX 栗川 | 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 リンパデトックスヨガ 相澤 |
| 14:00 | 14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 内田 | | | 14:00～15:00 スリムアップブレス 栗川 | 14:00～15:00 エアロビヨガ 内田 | 14:00～15:00 もも尻ヨガティス 原田 | | 14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 栗川 |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | 17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 栗川 | 17:30～18:30 EXパワーヨガ (会員様限定)栗川 | 17:30～18:30 エアロビヨガ 内田 | 17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田 | 17:30～18:30 スタンダード60 相澤 | | | 17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤 |
| 19:00 | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | |

オンライン講座のご案内

- ◆もととわたしを好きになるRYT200オンライン講座
- ◆女性の体とムーンサイクルヨガワークショップ
- ◆ボディメイクワークショップ
- ◆瞑想指導者養成講座

オンラインワークショップの詳細は

- 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
- 月のサイクルや女性の身体のリズムを知り、月のサイクルに合わせて、ムーンサイクルヨガが体感できるWS
- 骨格・筋肉・マイントドアプローチをかけ、ボディメイク方法が分かる！体が変わる！WS
- 脳科学・心理学の見地から、瞑想の効果、それ出会いうための方法を実践を通して身につけていく講座

