

高槻店【1月1日～1月8日スケジュール】

2023年 1月 27日更新

定休日

高槻店【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						10:30~11:30 スタンダード60 清水	
11:00							
12:00						12:15~13:15 Sound Feel Yoga 吉岡	
13:00							
14:00						14:00~15:00 リンパデトックスヨガ 清水	
15:00							
16:00						15:45~16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 吉岡	
17:00							
18:00	17:30~18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)奥田	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ 北沢	17:30~18:15 BEAT CORE HIIT 奥田	17:30~18:30 腸活ヨガ 北沢			
19:00							
19:15~20:15 青中美人ヨガ 川畑	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 吉岡	19:15~20:15 スタンダード60 清水	19:15~20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)池田				
20:00							
21:00	21:00~22:00 骨盤矯正ヨガ 奥田	21:00~21:45 Best Drum Diet3.0 二の脚骨中Edition 北沢	21:00~22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 奥田	21:00~22:00 ホットピラティス 北沢			
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。

◆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

◆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

[レッスンのWEB予約はこちらから♪](#)



高槻店【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	定休日							
10:00						10:30～11:30 SUMO YOGA 奥田		
11:00								
12:00						12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 藤田		
13:00								
14:00						14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 奥田		
15:00								
16:00						15:45～16:35 全身引継MAX 藤田		
17:00		17:00～18:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 藤田	17:30～18:30 エアロビヨガ 吉岡	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 清水	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 藤田		定休日	
18:00								
19:00		18:45～20:15 アドバース90 (会員様限定) 若林	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 奥田	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 北沢	19:15～20:15 ダイエットヨガ 北沢			
20:00								
21:00		21:00～21:50 全身引継MAX 藤田	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 奥田	21:00～22:00 スタンダード60 清水	21:00～22:00 ポールでゆがみとりヨガ 藤田			
22:00								

高槻店【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	定休日							
10:00					10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 北沢			
11:00								
12:00					12:15～13:15 エアロビヨガ 吉岡			
13:00								
14:00					14:00～15:00 スタンダード60 北沢			
15:00								
16:00					15:45～16:45 腸活ヨガ 吉岡			
17:00							定休日	
18:00	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 奥田	17:30～18:30 腸活ヨガ 吉岡	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 吉岡	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 藤田				
19:00								
20:00	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 北沢	19:15～20:15 スリムアッププレス 藤田	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 清水	19:15～20:15 ホットピラティス 奥田				
21:00	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 奥田	21:00～22:00 エアロビヨガ 吉岡	21:00～22:00 スタンダード60 吉岡	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 吉岡				
22:00								

オンライン講座のご案内

- ◆もっ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
- :脳科学・心理学の見地から、瞑想の効果、それ出会い系ための方法を実践を通して身につけていく講座

