

苦小牧店【2月1日～2月7日スケジュール】

2023年2月3日更新

	2月1日(水)	2月2日(木)	2月3日(金)	2月4日(土)	2月5日(日)	2月6日(月)	2月7日(火)
9:00						定休日	
10:00							
11:00	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 日野		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 今村	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 今村	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 日野		10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 浜野
12:00			12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 日野		12:15～13:25 ディープブレスヨガ 浜野		12:15～13:15 エアロピヨガ 日野
13:00				12:45～13:45 スタンダード60 日野			
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 日野		14:00～14:50 全身引締MAX 今村	14:30～15:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 浜野	14:10～14:55 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 日野		14:00～15:00 腸活ヨガ 浜野
15:00							
16:00				16:15～17:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 日野	15:40～16:40 美ボディフロー ピラティス 浜野		
17:00							
18:00		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 今村	17:30～18:30 フェイスアップヨガ 浜野	18:00～18:45 BEAT CORE HIIT 浜野			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 今村
19:00							
20:00	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 今村	19:15～20:15 背中美人ヨガ 浜野	19:15～20:15 エアロピヨガ 日野				19:15～20:15 スタンダード60 日野
21:00	21:00～22:00 スリムアッププレス 浜野	21:00～22:00 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)今村	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 浜野				21:00～21:50 全身引締MAX 今村
22:00							

苦小牧店【2月8日～2月15日スケジュール】

	2月8日(水)	2月9日(木)	2月10日(金)	2月11日(土)	2月12日(日)	2月13日(月)	2月14日(火)	2月15日(水)	
9:00						定休日			
10:00									
11:00	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)今村		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 和平	10:30～11:20 全身引締MAX 今村	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 浜野			10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 今村	10:30～11:30 スタンダード60 日野
12:00			12:15～13:15 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)今村	12:05～13:05 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 西川	12:15～13:15 痩せも身体をつくる ダイエットヨガ 今村			12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 浜野	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 今村
13:00									
14:00			14:00～15:00 ダイエットヨガ 和平	13:50～14:50 免疫セラピーヨガ 浜野	14:00～15:00 もも原ヨガティス 浜野			14:00～14:50 全身引締MAX 今村	14:30～15:30 リンパデトックスヨガ 日野
15:00									
16:00				16:35～17:05 EXパワーヨガ (会員様限定) 西川	16:45～16:45 ココロカラダリセットヨガ 今村				
17:00									
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 日野	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 今村	17:30～18:30 スタンダード60 日野	17:50～18:50 フェイスアップヨガ 浜野				17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 日野	
19:00	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 浜野	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 今村	19:15～20:15 腸活ヨガ 今村					19:00～20:00 ホットピラティス 浜野	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 今村
20:00									
21:00	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 日野	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 日野	21:00～22:00 エアロピヨガ 日野					20:45～21:45 リンパデトックスヨガ 日野	21:00～22:00 SUMO YOGA 浜野
22:00									

【お問い合わせコールセンター】 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の開始の1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1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▶



苦小牧店【2月16日～2月22日スケジュール】

	2月16日(木)	2月17日(金)	2月18日(土)	2月19日(日)	2月20日(月)	2月21日(火)	2月22日(水)	
9:00					定 休 日			
10:00								
11:00		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 浜野	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 日野	10:30～11:20 全身引締MAX 今村			10:30～11:30 はじめての「ハーヨガ」 (会員様限定)今村	10:30～11:30 エアロピヨガ 日野
12:00								
13:00		12:15～13:05 全身引締MAX 今村	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)今村	12:05～13:05 スタンダード60 日野			12:15～13:15 ホットピラティス 浜野	12:15～13:15 腸活ヨガ 今村
14:00		13:50～14:50 もも尻ヨガティス 浜野	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 日野	13:50～14:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 今村			14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 今村	
15:00								
16:00			15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 今村	15:35～16:35 セルトル美脚ヨガ 日野				
17:00								
18:00	17:30～18:30 スリムアッププレス 浜野	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 日野	17:30～18:30 スタンダード60 日野				17:30～18:30 背中美人ヨガ 浜野	17:30～18:20 全身引締MAX 今村
19:00	19:15～20:15 エアロピヨガ 日野	19:15～20:15 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ 今村					19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 今村	19:05～20:05 免疫セラピーヨガ 浜野
20:00								
21:00	21:00～22:00 フェイスアップヨガ 浜野	21:00～22:00 スタンダード60 日野					21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 浜野	20:50～21:50 美ボディフロー ピラティス 浜野
22:00								

苦小牧店【2月23日～2月28日スケジュール】

	2月23日(木)	2月24日(金)	2月25日(土)	2月26日(日)	2月27日(月)	2月28日(火)	
9:00					定 休 日		
10:00							
11:00	10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 浜野	10:30～11:30 スタンダード60 日野	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 浜野	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 浜野			10:30～11:30 エアロピヨガ 日野
12:00	12:15～13:05 全身引締MAX 今村	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 今村	12:15～13:15 スタンダード60 日野	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 日野			12:00～13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 浜野
13:00							
14:00	13:50～15:00 ディープレスヨガ 浜野		14:00～15:00 ダイエットヨガ 浜野	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 浜野			13:45～14:45 腫トレ ビューティーヨガ 浜野
15:00							
16:00	15:45～16:45 はじめての「ハーヨガ」 (会員様限定)今村		15:45～16:45 エアロピヨガ 日野	15:45～16:45 スタンダード60 日野			
17:00							
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 浜野	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 今村	17:30～18:30 フェイスアップヨガ 浜野				17:30～18:30 スタンダード60 未定
19:00		19:00～20:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 日野					19:15～20:15 SUMO YOGA 浜野
20:00							
21:00		20:45～21:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 今村					21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 日野
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
- ◆ボディメイクワークショップ
- ◆瞑想指導者養成講座

：ヨガをさらに深めたい方向向けの、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
：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、それに会おうための方法を実践を通して身につけていく講座

オンラインワークショップの詳細は

