

京都四条店【3月1日～3月8日スケジュール】

2023年 3月 23日更新

	3月1日(水)	3月2日(木)	3月3日(金)	3月4日(土)	3月5日(日)	3月6日(月)	3月7日(火)	3月8日(水)
9:00								
10:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 清水		10:30～11:30 ダイエットヨガ 北沢	10:30～11:30 アロマリラクゼーションヨガ DEEP FOREST 吉岡	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 北沢		10:30～11:30 肩コリラクゼーションヨガ 藤田	10:30～11:30 スリムアッププレス 藤田
11:00								
12:00	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 北沢		12:15～13:15 腫トレ ビューティーヨガ 北沢	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 吉岡	12:15～13:15 腸活ヨガ 吉岡		12:15～13:15 スタンダード60 種渡	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 清水
13:00								
14:00	14:00～15:00 アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET 清水		14:00～15:00 エアロビヨガ 吉岡	14:00～15:00 スタンダード60 種渡	14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 北沢		14:00～15:00 もも尻ヨガティス 藤田	
15:00						定 休 日		
16:00				15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 奥田	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 吉岡			
17:00								
18:00		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 清水	17:30～18:30 ホットピラティス 奥田	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 奥田			17:30～18:30 ボールでゆがみとりか 藤田	17:30～18:30 SUMO YOGA 奥田
19:00	19:15～20:15 エアロビヨガ 吉岡	19:15～20:15 スタンダード60 種渡	19:15～20:15 腸活ヨガ 吉岡				19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 吉岡	19:15～20:15 スタンダード60 種渡
20:00								
21:00	20:50～21:50 腫トレ ビューティーヨガ 北沢	20:50～21:50 アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET 清水	20:50～21:50 セルトル美脚ヨガ 奥田				20:50～21:50 アロマリラクゼーションヨガ HERBAL RELAX 吉岡	20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 奥田
22:00								

京都四条店【3月9日～3月15日スケジュール】

	3月9日(木)	3月10日(金)	3月11日(土)	3月12日(日)	3月13日(月)	3月14日(火)	3月15日(水)	
9:00								
10:00		10:30～11:30 腸活ヨガ 奥田	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 奥田	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 奥田		10:30～11:30 エアロビヨガ 吉岡	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 清水	
11:00								
12:00		12:15～13:15 スタンダード60 種渡	12:15～13:15 アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET 清水	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 北沢		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 清水	12:15～13:45 EXパワーズ （金銭換限定） 奥田	
13:00								
14:00		14:00～15:00 SUMO YOGA 奥田	14:00～15:00 ホットピラティス 奥田	14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 北沢		14:00～15:00 腸活ヨガ 吉岡	14:30～15:30 アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET 清水	
15:00					定 休 日			
16:00		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 清水		15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 奥田				
17:00								
18:00	17:30～18:30 腫トレ ビューティーヨガ 北沢	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 北沢	17:30～18:30 スタンダード60 種渡				17:30～18:30 アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET 清水	
19:00	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 吉岡	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 北沢					19:15～20:15 腫トレ ビューティーヨガ 北沢	19:15～20:15 スタンダード60 種渡
20:00								
21:00	20:50～21:50 美ボディフロー ピラティス 北沢	20:50～21:50 スタンダード60 種渡					20:50～21:50 ダイエットヨガ 北沢	20:50～21:50 フェイスアップヨガ 藤田
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♪



京都四条店【3月16日～3月23日スケジュール】

	3月16日(木)	3月17日(金)	3月18日(土)	3月19日(日)	3月20日(月)	3月21日(火)	3月22日(水)	3月23日(木)	
9:00					定 休 日				
10:00		10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 北沢	10:30～11:30 スタンダード60 種彦	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 吉岡		10:30～11:30 ホットピラティス 奥田	10:30～11:30 スタンダード60 種彦		
11:00									
12:00		12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 北沢	12:15～13:15 腫トレ ビューティーヨガ 北沢	12:15～13:25 ディープブレスヨガ 藤田		12:15～13:15 スタンダード60 種彦	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)奥田		
13:00									
14:00		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 清水	14:00～15:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 清水	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 藤田		14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 奥田			
15:00									
16:00			15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 北沢	15:45～16:45 腸活ヨガ 吉岡			15:45～16:30 Beat Drum Diet2.0 二の練習中Edition 藤田		
17:00									
17:30	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 北沢	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 奥田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 清水				17:30～18:30 フェイスアップヨガ 藤田	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 北沢	17:30～18:30 腸活ヨガ 吉岡
18:00									
19:00	19:15～20:15 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 清水	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 吉岡					19:15～20:15 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 清水	19:15～20:15 エアロビヨガ 吉岡	
20:00									
21:00	20:50～21:35 BEAT CORE HIIT 北沢	20:50～21:50 美姿勢 アンチエイジングヨガ 奥田					20:50～21:50 腫トレ ビューティーヨガ 北沢	20:50～21:50 スタンダード60 種彦	
22:00									

京都四条店【3月24日～3月31日スケジュール】

	3月24日(金)	3月25日(土)	3月26日(日)	3月27日(月)	3月28日(火)	3月29日(水)	3月30日(木)	3月31日(金)	
9:00				定 休 日					
10:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 山崎	10:30～11:30 スタンダード60 種彦	10:30～11:30 ダイエットヨガ 北沢		10:30～11:30 はじめての「ハワ」ヨガ (会員様限定)吉岡	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 藤田			10:30～11:30 もも尻ヨガティス 藤田
11:00									
12:00	12:15～13:15 SUMO YOGA 奥田	12:15～13:15 ホットピラティス 奥田	12:15～13:15 肩コリラクゼーション 藤田		12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 北沢	12:15～13:15 スタンダード60 種彦			12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)奥田
13:00									
14:00	14:00～15:00 肩コリラクゼーション 山崎	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 奥田	14:00～15:00 スリムアップブレス 藤田		14:00～15:00 腸活ヨガ 吉岡	14:00～15:00 腸活ヨガ 吉岡			14:00～15:00 肩コリラクゼーション 藤田
15:00									
16:00		16:45～17:45 スタンダード60 種彦	16:45～17:45 腫トレ ビューティーヨガ 北沢						
17:00	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 藤田	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 奥田				17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 奥田	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 藤田	17:30～18:30 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 吉岡	17:30～18:30 腸活ヨガ 吉岡
18:00									
19:00	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 奥田					19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 北沢	19:15～20:15 スタンダード60 種彦	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 吉岡	19:15～20:15 スタンダード60 種彦
20:00									
21:00	20:50～22:00 ディープブレスヨガ 藤田				20:50～21:50 復せる身体をつくる ダイエットヨガ 奥田	20:50～21:50 ボールでゆがみとりヨガ 藤田	20:50～21:50 スタンダード60 種彦	20:50～21:50 スタンダード60 種彦	20:50～21:50 エアロビヨガ 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
- ◆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、それに出会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

