

広島店【4月1日～4月8日スケジュール】

2023年3月15日更新

	4月1日(土)	4月2日(日)	4月3日(月)	4月4日(火)	4月5日(水)	4月6日(木)	4月7日(金)	4月8日(土)	
9:00			定 休 日						
10:00									
11:00	10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 原田	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 柴川			10:30～11:30 スタンダード60 相澤	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 内田		10:30～11:30 青中美人ヨガ 相澤	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 相澤
12:00									
13:00					12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 柴川	12:15～13:15 スタンダード60 相澤		12:15～13:15 パワーヨガAdvance パワースタンド60 (会員様限定)原田	12:15～13:15 アロマリラクソロジー FRUITY DIET 柴川
14:00	14:00～15:00 フェイスアップヨガ 原田	14:00～15:00 はじめてのハワーク (会員様限定)原田			14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤	14:00～15:00 エアロビヨガ 内田		14:00～15:00 スタンダード60 相澤	14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 原田
15:00									
16:00	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 原田	15:45～16:45 ボールでゆがみとり 原田							15:30～17:00 EXパワースタ (会員様限定) 柴川
17:00									
18:00	17:30～18:30 ココカラダリセット 内田				17:30～18:30 免疫セラピー 内田		17:30～18:30 腫トレ ビューティーヨガ 原田	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 柴川	17:30～18:30 ホットピラティス 原田
19:00				19:15～20:15 アロマリラクソロジー DEEP FOREST 柴川	19:15～20:15 はじめてのハワーク (会員様限定)原田	19:15～20:15 スタンダード60 相澤	19:15～20:15 ボールでゆがみとり 原田		
20:00									
21:00				20:50～21:50 ダイエット 内田	20:50～21:50 リンパデトックス 相澤	20:50～21:50 もも尻ヨガ 原田	20:50～21:50 アロマリラクソロジー HERBAL RELAX 柴川		
22:00									

広島店【4月9日～4月15日スケジュール】

	4月9日(日)	4月10日(月)	4月11日(火)	4月12日(水)	4月13日(木)	4月14日(金)	4月15日(土)	
9:00		定 休 日						
10:00								
11:00	10:30～11:30 フェイスアップ 原田			10:30～11:30 はじめてのハワーク (会員様限定)原田	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジング 相澤		10:30～11:30 もも尻ヨガ 原田	10:30～11:30 スタンダード60 相澤
12:00				12:15～13:15 リンパデトックス 相澤	12:15～13:15 セルトル美脚 柴川		12:15～13:15 アロマリラクソロジー DEEP FOREST 柴川	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 柴川
13:00								
14:00	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 原田			14:00～15:00 ボールでゆがみとり 原田			14:00～15:00 腫トレ ビューティー 原田	14:00～15:00 はじめてのハワーク (会員様限定)原田
15:00								
16:00	15:45～16:45 スリムアップ 柴川							16:45～17:45 アロマリラクソロジー HERBAL RELAX 柴川
17:00				17:30～18:30 青中美人 相澤	17:30～18:30 ホットピラティス 原田	17:00～18:30 アドバンス90 (会員様限定) 内田	17:30～18:30 アロマリラクソロジー FRUITY DIET 柴川	17:30～18:30 フェイスアップ 原田
18:00								
19:00			19:15～20:15 アロマリラクソロジー 柴川	19:15～20:15 アロマリラクソロジー HERBAL RELAX 内田	19:15～20:15 リンパデトックス 相澤	19:15～20:15 エアロビ 内田		
20:00								
21:00			20:50～21:50 セルトル美脚 柴川	20:50～21:50 Beat Drum Diet3.0 二の練習中Edition 内田	20:50～21:50 スタンダード60 相澤	20:50～21:50 免疫セラピー 内田		
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▶



## 広島店【4月16日～4月23日スケジュール】

	4月16日(日)	4月17日(月)	4月18日(火)	4月19日(水)	4月20日(木)	4月21日(金)	4月22日(土)	4月23日(日)	
9:00		定 休 日							
10:00	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 栗川		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 栗川	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 内田			10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤	10:30～11:30 ポールでゆがみとりヨガ 原田	10:30～11:30 ダイエットヨガ 内田
11:00									
12:00	12:00～13:30 アドバンス90 (会員様限定) 内田		12:15～13:15 スリムアッププレス 栗川	12:15～13:15 腫トレ ビューティーヨガ 原田			12:15～13:15 スタンダード60 相澤	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 原田	12:15～13:15 コロカラダリセットヨガ 内田
13:00									
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 栗川		14:00～15:00 スタンダード60 相澤	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 内田			14:00～15:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 栗川	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 相澤	14:00～15:00 スタンダード60 相澤
15:00									
16:00	15:45～16:45 もも尻ヨガティス 原田							15:45～16:45 エアロピヨガ 内田	15:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 相澤
17:00									
18:00			17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 内田			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 栗川	17:30～18:30 はじめてのハワーク (会員様限定)原田	17:30～18:30 スタンダード60 相澤	
19:00				19:15～20:15 エアロピヨガ 内田	19:15～20:15 スタンダード60 相澤	19:15～20:15 背中美人ヨガ 相澤	19:15～20:15 コロカラダリセットヨガ 内田		
20:00									
21:00			20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 相澤	20:50～21:50 Sound Feel Yoga 栗川	20:50～21:50 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田	20:50～21:50 腫トレ ビューティーヨガ 原田			
22:00									

## 広島店【4月24日～4月30日スケジュール】

	4月24日(月)	4月25日(火)	4月26日(水)	4月27日(木)	4月28日(金)	4月29日(土)	4月30日(日)
9:00							
10:00		10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 原田	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)原田		10:30～11:30 スタンダード60 相澤	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 栗川	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 栗川
11:00							
12:00		12:15～13:15 ホットピラティス 原田	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 栗川		12:15～13:15 フェイスアップヨガ 原田	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 内田	12:15～13:15 スリムアッププレス 栗川
13:00							
14:00		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 相澤			14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 原田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 内田	14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 原田
15:00							
16:00						15:45～16:45 スタンダード60 相澤	15:45～17:15 アドバンス90 (会員様限定) 内田
17:00		17:00～18:30 アドバンス90 (会員様限定) 内田	17:30～18:30 スタンダード60 相澤	17:30～18:30 コロカラダリセットヨガ 内田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 相澤	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 栗川	
18:00							
19:00		19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 内田	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 内田	19:15～20:15 はじめてのハワーク (会員様限定)原田	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 栗川		
20:00							
21:00		20:50～21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 栗川	20:50～21:50 免疫セラピーヨガ 内田	20:50～21:50 エアロピヨガ 内田	20:50～21:50 スリムアッププレス 栗川		
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
- ◆ヨガ哲学を生活に取り入れて「もっと、わたしを好きになる」講座
- ◆簡単マインドフルネス瞑想クラス

：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  
 :ヨガの経典「ヨガ・スートラ」をベースに、「幸せに生きるための秘訣」を学び、ヨガ哲学を日常に活かせる講座  
 :マインドフルネスについて学んだ後、マインドフルネスヨガ・マインドフルネス瞑想を行うクラス

オンラインワークショップの詳細は

