

京都四条店【7月1日～7月8日スケジュール】

2023年7月11日更新

	7月1日(土)	7月2日(日)	7月3日(月)	7月4日(火)	7月5日(水)	7月6日(木)	7月7日(金)	7月8日(土)
9:00								
10:00								
10:30~11:30	リンパデトックスヨガ 北沢	エアロピヨガ 吉岡		10:30~11:30 免疫セラピーヨガ 北沢	10:30~11:30 スリムアッププレス 藤田		10:30~11:30 腸活ヨガ 今掛	10:30~11:30 スタンダード60 今掛
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 骨盤矯正ヨガ 北沢		12:15~13:15 腸活ヨガ 今掛	12:15~13:15 スタンダード60 福渡		12:15~13:15 Sound Feel Yoga 吉岡	12:15~13:15 ホットピラティス 奥田
13:00								
14:00	14:00~15:00 背中美人ヨガ 福渡	14:00~15:00 スタンダード60 福渡		14:00~14:45 BEAT CORE HIIT 北沢	14:00~15:00 アロマリラクソスヨガ DEEP FOREST 藤田		14:00~15:00 スタンダード60 今掛	14:00~15:00 肩コリラクソスヨガ 藤田
15:00								
16:00	15:45~16:45 スタンダード60 今掛	15:45~16:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 北沢						15:45~16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ 奥田
17:00						17:00~18:00 リンパデトックスヨガ 吉岡		
17:30~18:30	腸活ヨガ 今掛			17:30~18:30 ポールでゆがみとりヨガ 藤田			17:30~18:30 背中美人ヨガ 福渡	17:30~18:30 もも尻ヨガ 藤田
18:00								
19:00				19:15~20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)奥田	19:15~20:15 エアロピヨガ 吉岡	18:45~19:45 アロマリラクソスヨガ FRUITY DIET 吉岡	19:15~20:15 美ボディフロー ピラティス 北沢	
20:00								
21:00				20:50~21:50 ホットピラティス 藤田	20:50~21:50 全身ととのう 寝たまんまヨガ 奥田	20:20~21:50 EXパワーヨガ (会員様限定)奥田	20:50~21:50 麗トレ ビューティーヨガ 北沢	
22:00								

定休日

京都四条店【7月9日～7月15日スケジュール】

	7月9日(日)	7月10日(月)	7月11日(火)	7月12日(水)	7月13日(木)	7月14日(金)	7月15日(土)
9:00							
10:00						10:20~10:30 7分瞑想【マリアチアーサナ】	
10:30~11:30	ダイエットヨガ 北沢		10:30~11:30 肩コリラクソスヨガ 藤田	10:30~11:30 ポールでゆがみとりヨガ 藤田		10:30~11:30 リンパデトックスヨガ 北沢	10:30~11:30 カンフーダイエット 藤田
11:00							
12:00	12:15~13:15 腸活ヨガ 今掛		12:15~13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 北沢	12:15~13:25 ディーププレスヨガ 藤田		12:15~13:15 スタンダード60 福渡	12:15~13:15 背中美人ヨガ 福渡
13:00							
14:00	14:00~15:00 スタンダード60 今掛		14:00~15:00 アロマリラクソスヨガ HERBAL RELAX 藤田			14:00~15:00 美ボディフロー ピラティス 北沢	14:00~15:00 スタンダード60 福渡
15:00							
16:00	15:45~16:30 BEAT CORE HIIT 北沢						15:35~15:45 7分瞑想【ダウンドック】
16:45~16:55							15:45~16:45 セルトル美脚ヨガ 奥田
17:00							
17:30~18:30			17:30~18:30 スタンダード60 今掛	17:30~18:30 スリムアッププレス 藤田	17:30~18:30 アロマリラクソスヨガ DEEP FOREST 吉岡	17:30~18:30 カンフーダイエット 藤田	17:30~18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 奥田
18:00							
19:00					19:05~19:15 7分瞑想【マリアチアーサナ】		
19:15~20:15	ダイエットヨガ 北沢		19:15~20:15 スタンダード60 吉岡	19:15~20:15 スタンダード60 吉岡	19:15~20:15 麗トレ ビューティーヨガ 北沢	19:15~20:15 背中美人ヨガ 福渡	
20:00							
20:40~20:50						20:40~20:50 7分瞑想【後足1】	
20:50~21:50	腸活ヨガ 今掛		20:50~21:50 Sound Feel Yoga 吉岡	20:50~21:50 はじめてのハニーヨガ (会員様限定)吉岡	20:50~21:50 はじめてのハニーヨガ (会員様限定)吉岡	20:50~21:50 肩コリラクソスヨガ 藤田	
22:00							

定休日

【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。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【7月16日～7月23日スケジュール】

	7月16日(日)	7月17日(月)	7月18日(火)	7月19日(水)	7月20日(木)	7月21日(金)	7月22日(土)	7月23日(日)	
9:00		定 休 日							
10:00			10:20～10:30 アサナ解説【プジャンガーサナ】					10:20～10:30 アサナ解説【マリチアーサナ】	
10:30～11:30	10:30～11:30 ピュティヨーガ 北沢		10:30～11:30 スタンダード60 種彦	10:30～11:30 ホットピラティス 奥田		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 吉岡	10:30～11:30 カンフーダイエット 藤田	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 北沢	
11:00									
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 今譽			12:05～12:15 アサナ解説【バリガーサナ】	12:15～13:15 属活ヨガ 今譽		12:15～13:15 ダイエットヨガ 北沢	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 吉岡	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 吉岡
13:00									
14:00	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 北沢		14:00～15:00 背中美人ヨガ 種彦			13:50～14:00 アサナ解説【トリコナーサナ】	14:00～15:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)吉岡	14:00～15:00 スタンダード60 種彦	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸背中Edition 北沢
15:00	15:35～16:45 アサナ解説【バリガーサナ】							15:35～16:45 アサナ解説【プジャンガーサナ】	
16:00	16:45～18:45 属活ヨガ 今譽							15:45～16:45 背中美人ヨガ 種彦	15:45～16:45 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)吉岡
17:00					17:20～17:30 アサナ解説【トリコナーサナ】				
18:00				17:30～18:30 カンフーダイエット 藤田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 吉岡	17:30～18:30 背中美人ヨガ 種彦	17:30～18:30 属活ヨガ 今譽	17:30～18:30 エアロビヨガ 吉岡	
19:00			19:05～19:15 アサナ解説【マリチアーサナ】					19:05～19:15 アサナ解説【バリガーサナ】	
20:00	19:15～20:15 ピュティヨーガ 北沢		19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 北沢	19:15～20:15 カンフーダイエット 藤田	19:15～20:15 スタンダード60 今譽				
21:00				20:40～20:50 アサナ解説【美腿1】		20:40～20:50 アサナ解説【美腿1】			
22:00			20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 北沢	20:50～21:50 エアロビヨガ 吉岡	20:50～21:50 ボールでゆがみとりヨガ 藤田	20:50～21:35 Beat Drum Diet3.0 二の胸背中Edition 北沢			

京都四条店【7月24日～7月31日スケジュール】

	7月24日(月)	7月25日(火)	7月26日(水)	7月27日(木)	7月28日(金)	7月29日(土)	7月30日(日)	7月31日(月)
9:00								
10:00		10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 北沢	10:30～11:30 属活ヨガ 今譽		10:30～11:30 もも尻ヨガティス 藤田	10:30～11:30 スタンダード60 今譽	10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 藤田	
11:00								
12:00		12:15～13:15 スタンダード60 種彦	12:15～13:15 スリムアッププレス 藤田		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 奥田	12:15～13:15 属活ヨガ 今譽	12:15～13:15 エアロビヨガ 吉岡	
13:00								
14:00		14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 北沢	14:00～15:10 ディーププレスヨガ 藤田		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 奥田	14:00～15:00 ホットピラティス 奥田	14:00～15:00 カンフーダイエット 藤田	
15:00	定 休 日							定 休 日
16:00						15:45～16:45 Sound Feel Yoga 吉岡	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 吉岡	
17:00								
18:00		17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 藤田		17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 奥田	17:30～18:30 エアロビヨガ 吉岡	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 奥田		
19:00			18:45～20:15 EXパワーヨガ (会員様限定) 奥田		19:15～20:15 属活ヨガ 今譽	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 吉岡		
20:00			19:15～20:15 背中美人ヨガ 種彦					
21:00		20:50～21:50 カンフーダイエット 藤田	20:50～21:50 スタンダード60 今譽	20:50～21:50 ホットピラティス 奥田	20:50～22:00 ディーププレスヨガ 藤田			
22:00								