

池袋店【8月1日～8月8日スケジュール】

2023年 7月 15日更新

	8月 1日(火)	8月 2日(水)	8月 3日(木)	8月 4日(金)	8月 5日(土)	8月 6日(日)	8月 7日(月)	8月 8日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 石山	10:30～11:30 腸活ヨガ 石山		10:30～11:30 スタンダード60 萩原	10:30～11:30 全身とのう 寝たまんまヨガ 石川	10:30～11:30 カンフーダイエット 石川		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 石川
12:00								
13:00	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 萩原	12:15～13:15 パワーYoga Advance (会員様限定)石山		12:15～13:15 もも尻ヨガティス 石川	12:15～13:15 座トレ ピューティヨガ 石川	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 美喜		12:15～13:15 エアロビヨガ 石川
14:00	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 石山	14:00～15:00 カンフーダイエット 石川		14:00～15:00 免疫セラビーヨガ 萩原	14:00～15:00 はじめてのパワーYoga (会員様限定)美喜	14:00～15:00 全身とのう 寝たまんまヨガ 石川		14:00～15:00 スタンダード60 美喜
15:00								
16:00								
17:00								
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 萩原			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 美喜	17:30～18:30 スリムアップブレス 石川	17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 美喜		17:30～18:30 免疫セラビーヨガ 萩原
19:00	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 石川	19:15～20:15 スタンダード60 萩原	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 萩原	19:15～20:15 フェイスアップヨガ 美喜				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 美喜
20:00								
21:00	21:00～22:00 全身とのう 寝たまんまヨガ 石川	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 萩原	21:00～22:00 免疫セラビーヨガ 萩原	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 美喜				21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 萩原
22:00								

定
休
日

池袋店【8月 9日～8月 15日スケジュール】

	8月 9日(水)	8月 10日(木)	8月 11日(金)	8月 12日(土)	8月 13日(日)	8月 14日(月)	8月 15日(火)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 萩原		10:30～11:30 免疫セラビーヨガ 萩原	10:30～11:30 カンフーダイエット 石川	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 萩原		10:30～11:30 スタンダード60 萩原
12:00	12:15～13:15 免疫セラビーヨガ 萩原		12:15～13:15 Sound Feel Yoga 石川	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 石川	12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 美喜		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 萩原
13:00							
14:00				14:00～15:00 スタンダード60 萩原	14:00～15:00 免疫セラビーヨガ 萩原	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 萩原	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 石川
15:00							
16:00							
17:00	17:30～18:30 はじめてのパワーYoga (会員様限定)美喜	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 石川	17:30～18:30 ホットピラティス 石川	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 萩原			17:30～18:30 Sound Feel Yoga 美喜
18:00							
19:00	19:15～20:15 カンフーダイエット 石川	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 石山					19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 石川
20:00							
21:00	21:00～22:00 ボールでゆがみとりヨガ 美喜	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 石山					21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 美喜
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が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♪



池袋店【8月16日～8月23日スケジュール】

	8月 16日(水)	8月 17日(木)	8月 18日(金)	8月 19日(土)	8月 20日(日)	8月 21日(月)	8月 22日(火)	8月 23日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 萩原		10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 美喜	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 石川	10:30～11:30 スタンダード60 萩原		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 君島	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 萩原
12:00								
13:00								
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 萩原		12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ* 美喜	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)君島	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 君島		12:15～13:15 スタンダード60 萩原	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 萩原
15:00								
16:00								
17:00								
18:00			17:30～18:30 スリムアッププレス 君島	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 萩原	17:30～18:30 スタンダード60 君島		17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ* 美喜	17:30～18:30 美ボディロー ピラティス 石川
19:00	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 美喜	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 美喜	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 石川				19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 石川	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 君島
20:00								
21:00	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 美喜	21:00～22:00 ホットピラティス 君島	21:00～22:00 スタンダード60 萩原				21:00～22:00 カンフーダイエット 石川	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 石川
22:00								

定
休
日

池袋店【8月24日～8月31日スケジュール】

	8月 24日(木)	8月 25日(金)	8月 26日(土)	8月 27日(日)	8月 28日(月)	8月 29日(火)	8月 30日(水)	8月 31日(木)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:30 施トレ ピューティーヨガ 石川	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 萩原	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 美喜		10:30～11:30 Sound Feel Yoga 美喜	10:30～11:30 スタンダード60 萩原	
12:00								
13:00		12:15～13:15 スタンダード60 萩原	12:15～13:15 脚活ヨガ 石川	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ* (会員様限定)美喜		12:15～13:15 フェイスアップヨガ 美喜	12:15～13:15 ホットピラティス 君島	
14:00		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 萩原	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 石川	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 君島		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 君島	14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 萩原	
15:00								
16:00								
17:00	17:00～18:30 アド/シス90 (会員様限定) 君島	17:30～18:30 エアロビヨガ 石川	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 君島			17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 君島	17:30～18:30 美ボディロー ピラティス 石川	
18:00								
19:00	19:15～20:15 カンフーダイエット 石川	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 君島				19:15～20:15 施トレ ピューティーヨガ 石川	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ* (会員様限定)美喜	
20:00								
21:00	21:00～22:00 フェイスアップヨガ 美喜	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 君島				21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 萩原	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 石川	21:00～22:00 スタンダード60 萩原
22:00								

定
休
日