

池袋店【8月1日～8月8日スケジュール】

2023年 7月 16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							定 休 日		
10:00	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
11:00									
12:00	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 萩原	12:15～13:15 パワーヨガ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 腫トレ ピューティーヨガ 石川	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 笑喜			12:15～13:15 エアロビヨガ 石川
13:00									
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 免疫セラピーヨガ 萩原	14:00～15:00 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)笑喜	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 石川			14:00～15:00 スタンダード60 笑喜
15:00									
16:00					15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 石川	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 笑喜			
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 笑喜	17:30～18:30 スリムアッププレス 石川	17:30～18:30 ボールでゆがみとり 笑喜				17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 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 笑喜					19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 笑喜
20:00									
21:00	21:00～22:00 全身ととのう 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 免疫セラピーヨガ 萩原	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 笑喜					21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 萩原
22:00									

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						定 休 日		
10:00	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 萩原		10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 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
11:00								
12:00	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 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 笑喜			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 免疫セラピーヨガ 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			15:45～16:45 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)笑喜	15:45～16:45 スタンダード60 笑喜	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 笑喜			
17:00	17:30～18:30 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)笑喜	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 笑喜
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 笑喜	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 笑喜
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♪



