

# 山形店【10月1日～10月8日スケジュール】

2023年 9月 27日更新

	10月1日(日)	10月2日(月)	10月3日(火)	10月4日(水)	10月5日(木)	10月6日(金)	10月7日(土)	10月8日(日)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 目黒		10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 目黒	10:30～11:30 スタンダード60 鈴木		10:30～11:30 青中成人ヨガ 目黒	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 目黒	10:30～11:30 ホットピラティス 石巻
12:00								
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 鈴木		14:00～15:00 もも尻ヨガティス 目黒	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 石巻		14:00～15:00 スタンダード60 鈴木	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 目黒	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 小泉
15:00								
16:00	15:45～17:15 アドバンス90 (会員様限定) 石巻						15:45～16:45 免疫セラピーヨガ 前川	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 石巻
17:00								
18:00			18:00～18:30 リンパデトックス30 小泉		18:00～18:30 リンパデトックス30 小泉		17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 石巻	17:30～18:30 スタンダード60 鈴木
19:00								
20:00								
21:00			21:00～22:00 エアロビヨガ 小泉		21:00～22:00 肩活ヨガ 小泉	21:00～22:00 スタンダード60 鈴木	21:00～22:00 ポールでゆがみとりヨガ 石巻	
22:00								

定  
休  
日

# 山形店【10月9日～10月15日スケジュール】

	10月9日(月)	10月10日(火)	10月11日(水)	10月12日(木)	10月13日(金)	10月14日(土)	10月15日(日)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 腸活ヨガ 石山	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 目黒			10:30～11:30 ダイエットヨガ 石巻	10:30～11:30 スタンダード60 鈴木	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 石巻
12:00							
13:00		12:15～13:15 スタンダード60 鈴木	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 石巻		12:15～13:15 スタンダード60 鈴木	12:15～13:15 青中成人ヨガ 目黒	12:15～13:15 ポールでゆがみとりヨガ 石巻
14:00		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 石山			14:00～15:00 はじめてのハーネス (会員様限定)石巻	14:00～15:00 腸活ヨガ 小泉	14:00～15:00 スタンダード60 鈴木
15:00							
16:00					15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 目黒	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 石巻	
17:00							
18:00		17:30～18:30 ポールでゆがみとりヨガ 石巻	18:00～18:30 リンパデトックス30 小泉		18:00～18:30 ヨガライト30 目黒	17:30～18:30 エアロビヨガ 小泉	
19:00							
20:00							
21:00		19:15～20:15 パワーYoga Advance (会員様限定)石巻	19:15～20:15 スタンダード60 鈴木	19:15～20:15 青中成人ヨガ 目黒	19:15～20:15 エアロビヨガ 小泉		
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♪



## 山形店【10月16日～10月23日スケジュール】

	10月16日(月)	10月17日(火)	10月18日(水)	10月19日(木)	10月20日(金)	10月21日(土)	10月22日(日)	10月23日(月)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 目黒	10:30～11:30 ダイエットヨガ 石巻		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 小泉	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 小泉	10:30～11:30 背中美人ヨガ 目黒	
12:00								
13:00		12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 石巻	12:15～13:15 エアロビヨガ 小泉		12:15～13:15 スタンダード60 鈴木	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 目黒	12:15～13:15 スタンダード60 鈴木	
14:00								
15:00		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 目黒	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 石巻		14:00～15:00 ホットピラティス 小泉	14:00～15:00 スタンダード60 鈴木	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 目黒	
16:00								
17:00								
18:00		17:30～18:00 ヨガライト30 小泉	18:00～18:30 リンパデトックス30 石巻		17:30～18:30 スタンダード60 鈴木	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 小泉		
19:00		18:45～20:15 EX/ハイエンドヨガ (会員様限定) 石巻	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 目黒	19:15～20:15 スタンダード60 鈴木	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 目黒			
20:00								
21:00		21:00～22:00 ホットピラティス 小泉	21:00～22:00 スタンダード60 鈴木	21:00～22:00 エアロビヨガ 小泉	21:00～22:00 背中美人ヨガ 目黒			
22:00								

定  
休  
日

定  
休  
日

## 山形店【10月24日～10月31日スケジュール】

	10月24日(火)	10月25日(水)	10月26日(木)	10月27日(金)	10月28日(土)	10月29日(日)	10月30日(月)	10月31日(火)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)石巻	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 目黒		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 目黒	10:30～11:30 ホットピラティス 小泉	10:30～11:30 スタンダード60 鈴木	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 目黒
12:00								
13:00		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 石巻	12:15～13:15 カンフーダイエット 前川		12:15～13:15 腸活ヨガ 小泉	12:15～13:15 スタンダード60 目黒	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 小泉	12:15～13:15 背中美人ヨガ 目黒
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 鈴木			14:00～15:00 もも尻ヨガティス 目黒	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 石巻	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 目黒	14:00～15:00 スタンダード60 鈴木
15:00								
16:00								
17:00		17:30～18:30 エアロビヨガ 小泉	18:00～18:30 リンパデトックス30 鈴木		17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)石巻		15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 目黒	18:00～18:30 ヨガライト30 小泉
18:00								
19:00		19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 目黒	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 小泉	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 石巻	19:15～20:15 スタンダード60 鈴木			19:15～20:00 BEAT CORE HIT 石巻
20:00								
21:00		21:00～22:00 腸活ヨガ 小泉	21:00～22:00 スタンダード60 鈴木	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 石巻	21:00～22:00 ダイエットヨガ 石巻			21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 小泉
22:00								

定  
休  
日