

徳島店【11月1日～11月8日スケジュール】

2023年 11月 15日更新

	11月1日(水)	11月2日(木)	11月3日(金)	11月4日(土)	11月5日(日)	11月6日(月)	11月7日(火)	11月8日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 中筋		10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 横	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 三澤	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 中筋		10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 横	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 横
12:00								
13:00								
14:00				14:00～16:00 ホットピラティス 横	14:00～16:00 スタンダード60 三澤	14:00～16:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 中筋		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 横
15:00								
16:00				15:45～16:45 エアロビヨガ 三澤	15:45～16:45 はじめてのハーヨガ (会員様限定)中筋	15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 横		14:00～15:00 免疫セラビーヨガ 横
17:00								
18:00	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 横	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 三澤	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 横	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 横	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 三澤		18:45～20:15 EXパワーヨガ (会員様限定) 中筋	
19:00				19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 中筋	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)横		19:15～20:15 スタンダード60 三澤	
20:00								
21:00	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 横	21:00～22:00 腸活ヨガ 三澤				21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 中筋	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 三澤	
22:00								

定
休
日

徳島店【11月9日～11月15日スケジュール】

	11月9日(木)	11月10日(金)	11月11日(土)	11月12日(日)	11月13日(月)	11月14日(火)	11月15日(水)
9:00							
10:00							
11:00		10:30～11:30 腸活ヨガ 三澤	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 中筋	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 横		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 横	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 横
12:00							
13:00		12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕中Edition 横	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 横	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 三澤		12:15～13:15 スタンダード60 三澤	12:45～13:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 中筋
14:00				14:00～15:00 スタンダード60 三澤	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 中筋	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)横	
15:00							
16:00				15:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)横	15:45～16:45 エアロビヨガ 三澤		
17:00							
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 三澤	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 中筋	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 中筋		17:30～18:30 免疫セラビーヨガ 中筋	17:30～18:30 スタンダード60 三澤	
19:00							
20:00						19:15～20:15 スタンダード60 三澤	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 中筋
21:00	21:00～22:00 エアロビヨガ 三澤	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 中筋			21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 中筋	21:00～22:00 腸活ヨガ 三澤	
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♪



徳島店【11月16日～11月23日スケジュール】

	11月16日(木)	11月17日(金)	11月18日(土)	11月19日(日)	11月20日(月)	11月21日(火)	11月22日(水)	11月23日(木)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 橋	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 中筋	10:30～11:30 エアロピヨガ 三澤		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 三澤	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 中筋	10:30～11:30 スタンダード60 三澤
12:00								
13:00		12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 中筋	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 橋	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 橋		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 橋	12:15～13:15 腸活ヨガ 三澤	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 中筋
14:00		14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 橋	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 中筋	14:00～15:00 腸活ヨガ 三澤		14:00～15:00 エアロピヨガ 三澤	14:00～15:00 はじめてのハーネヨガ (会員様限定)中筋	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 三澤
15:00								
16:00								15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 中筋
17:00								
18:00		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 中筋	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 中筋	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 中筋		17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 中筋		17:30～18:30 腸活ヨガ 三澤
19:00		19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 三澤	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 中筋			19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 橋	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の脚背中Edition 橋	
20:00								
21:00		21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 中筋	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 三澤			21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 中筋	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 三澤	
22:00								

定
休
日

徳島店【11月24日～11月30日スケジュール】

	11月24日(金)	11月25日(土)	11月26日(日)	11月27日(月)	11月28日(火)	11月29日(水)	11月30日(木)
9:00							
10:00							
11:00		10:30～11:30 ホットピラティス 橋	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 橋	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 中筋	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 中筋	10:30～11:30 はじめてのハーネヨガ (会員様限定)中筋	
12:00							
13:00		12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 中筋	12:15～13:15 腸活ヨガ 三澤	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 橋	12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 橋	12:15～13:15 スタンダード60 三澤	
14:00							
15:00							
16:00		14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 橋	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 中筋		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 中筋	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 中筋	
17:00							
18:00		15:45～16:45 エアロピヨガ 三澤	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 橋		17:30～18:30 腸活ヨガ 三澤	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 橋	
19:00		19:15～20:15 もも尻ヨガティス 中筋			19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 橋	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 三澤	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 中筋
20:00							
21:00		21:00～22:00 エアロピヨガ 三澤			21:00～22:00 スタンダード60 三澤	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)橋	
22:00							

定
休
日