

広島店【7月1日～7月8日スケジュール】

2023年7月4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			定 休 日						
10:00									
11:00	10:30～11:30 背中美人ヨガ 原田	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 内田			10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 高木	10:30～11:30 エアロビヨガ 内田		10:30～11:30 スタンダード60 高木	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 内田
12:00									
13:00	12:15～13:15 ホットピラティス 原田	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 内田			12:15～13:15 スタンダード60 高木	12:15～13:15 アロマリラクソヨガ DEEP FOREST 原田		12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 原田	12:15～13:15 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)原田
14:00	14:00～15:00 全身とこのう 寝たまんまヨガ 内田	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 原田			14:00～15:00 スリムアッププレス 内田	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 内田		14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 原田	14:00～15:00 スタンダード60 高木
15:00									
16:00	15:45～16:45 スリムアッププレス 内田	15:45～16:45 スタンダード60 高木							15:45～16:45 エアロビヨガ 内田
17:00									
18:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 原田				17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 内田		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 高木	17:30～18:30 スタンダード60 高木	17:30～18:30 アロマリラクソヨガ FRUITY DIET 原田
19:00					19:15～20:15 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)原田	19:15～20:15 スタンダード60 高木	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 内田	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 内田	
20:00									
21:00					20:50～21:50 腫トレ ビューティーヨガ 原田	20:50～21:50 背中美人ヨガ 原田	20:50～21:50 全身とこのう 寝たまんまヨガ 内田	20:50～21:50 スリムアッププレス 内田	
22:00									

広島店【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		定 休 日							
10:00									
11:00	10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 原田			10:30～11:30 ホットピラティス 原田	10:30～11:30 スタンダード60 高木		10:30～11:30 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)林	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 高木	
12:00									
13:00	12:15～13:15 スタンダード60 高木			12:15～13:15 アロマリラクソヨガ HERBAL RELAX 原田	12:15～13:45 アドンス90 (会員様限定) 内田		12:15～13:15 全身とこのう 寝たまんまヨガ 内田	12:15～13:15 スタンダード60 高木	
14:00	14:00～15:00 背中美人ヨガ 原田			14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 高木			13:50～14:00 7分無敵【変換1】	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 内田	14:00～15:00 背中美人ヨガ 原田
15:00								15:35～15:45 7分無敵【リリカーサナ】	
16:00	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 高木							15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 原田	
17:00									
18:00				17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 内田	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 内田	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 内田	17:30～18:30 カンファダイエット 原田	17:30～18:30 スタンダード60 高木	
19:00						19:05～19:15 7分無敵【マリチアーサナ】			
20:00				19:15～20:15 スタンダード60 高木	19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 林	19:15～20:15 スリムアッププレス 内田	19:15～20:15 アロマリラクソヨガ FRUITY DIET 内田		
21:00				20:50～21:50 エアロビヨガ 内田	20:50～21:50 アロマリラクソヨガ DEEP FOREST 原田	20:50～21:50 スタンダード60 高木	20:40～20:50 7分無敵【トリコナーサナ】	20:50～21:50 腫トレ ビューティーヨガ 原田	
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。

レッスンのWEB予約はこちらから▶

◆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。



広島店【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 アサナ無脱【ブジャンガーサナ】					
10:30～11:30	10:30～11:30 スリムアッププレス 内田		10:30～11:30 カンフーダイエット 原田	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 内田		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 高木	10:30～11:30 エアロビヨガ 内田	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 栗川	
11:00									
12:00	12:05～12:15 アサナ無脱【ダウンドック】								
12:15～13:15	12:15～13:15 スタンダード60 高木		12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 原田	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 栗川		12:15～13:15 スタンダード60 高木	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 栗川	12:15～13:15 はじめてのハーヨガ (会員様限定)原田	
13:00									
14:00	14:00～15:00 カンフーダイエット 原田			13:50～14:00 アサナ無脱【ダウンドック】	14:00～15:00 スリムアッププレス 内田		13:50～14:00 アサナ無脱【トリコナーサナ】	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 栗川	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 栗川
15:00									
16:00	15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ 内田							15:45～16:45 スタンダード60 高木	15:45～16:45 背中美人ヨガ 原田
17:00					17:20～17:30 アサナ無脱【リリガーサナ】		17:20～17:30 アサナ無脱【寝たまんま】		
18:00		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 高木		17:30～18:30 腫トレ ビューティーヨガ 原田		17:30～18:30 スリムアッププレス 内田	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 内田		
19:00		19:05～19:15 アサナ無脱【マリチアーサナ】				19:05～19:15 アサナ無脱【ブジャンガーサナ】			
20:00		19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 栗川	19:15～20:15 カンフーダイエット 原田	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 内田		19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 内田			
21:00			20:40～20:50 アサナ無脱【ダウンドック】	20:50～21:50 スタンダード60 高木	21:05～21:50 Beat Drum Diet3.0 二の腸背中Edition 内田	20:50～21:50 美ボディフロー ピラティス 原田			
22:00									

広島店【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	定 休 日							定 休 日	
10:00			10:30～11:30 スリムアッププレス 栗川		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 内田	10:30～11:30 スタンダード60 高木	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 高木		
11:00			10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 内田						
12:00			12:15～13:15 スリムアッププレス 栗川	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 高木		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 栗川	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 原田		12:15～13:15 カンフーダイエット 原田
13:00									
14:00			14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 内田			14:00～15:00 エアロビヨガ 内田	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 栗川		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 栗川
15:00									
16:00							15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 栗川		15:45～17:15 アドバンス90 (会員様限定) 内田
17:00									
18:00			17:30～18:30 はじめてのハーヨガ (会員様限定)原田	17:30～18:30 スタンダード60 高木	17:30～18:30 カンフーダイエット 原田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 高木	17:30～18:30 スリムアッププレス 内田		
19:00		19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腸背中Edition 内田	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 原田	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 高木	19:15～20:15 スリムアッププレス 栗川				
20:00									
21:00		20:50～21:50 ボールでゆがみとりヨガ 原田	20:50～21:50 腫トレ ビューティーヨガ 原田	20:50～21:50 ホットピラティス 原田	20:50～21:50 スタンダード60 高木				
22:00									