

山形店【5月1日～5月8日スケジュール】

2024年 4月 16日更新

	5月 1日(水)	5月 2日(木)	5月 3日(金)	5月 4日(土)	5月 5日(日)	5月 6日(月)	5月 7日(火)	5月 8日(水)	
9:00						定 休 日			
10:00									
11:00	10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)石栗		10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	10:30～11:30 スタンダード60 小野	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 石栗			10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 石栗	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 石栗
12:00									
13:00									
14:00	14:00～15:00 ホットピラティス 石栗		14:00～15:00 背中美人ヨガ 鈴木	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 武田	14:00～15:00 スタンダード60 小野			14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	
15:00									
16:00			15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 武田	15:45～16:45 スタンダード60 武田	15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 石栗				
17:00									
18:00		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 武田	17:30～18:30 スタンダード60 武田	17:30～18:30 背中美人ヨガ 鈴木				17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)石栗	17:30～18:30 スタンダード60 武田
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 小野	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 石栗						19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 武田	19:15～20:15 背中美人ヨガ 鈴木
20:00									
21:00	21:00～22:00 背中美人ヨガ 鈴木	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 石栗						21:00～22:00 スタンダード60 小野	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木
22:00									

山形店【5月9日～5月15日スケジュール】

	5月 9日(木)	5月 10日(金)	5月 11日(土)	5月 12日(日)	5月 13日(月)	5月 14日(火)	5月 15日(水)
9:00							
10:00		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 石栗	10:30～11:30 ホ-ルでゆがみとりヨガ 石栗	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 鈴木		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 武田	10:30～11:30 スタンダード60 武田
11:00							
12:00		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 鈴木	12:15～13:25 【母の日特別企画】 Mother's Day Yoga 鈴木	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 武田		12:15～13:15 スタンダード60 武田	12:15～13:15 スリムアッププレス 石栗
13:00							
14:00	14:00～15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)石栗	14:15～15:15 もも尻ヨガティス 石栗		14:00～15:00 スタンダード60 小野		14:00～15:00 背中美人ヨガ 鈴木	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 武田
15:00							
16:00			15:45～16:45 スタンダード60 小野	15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 石栗			
17:00							
18:00	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	17:30～18:30 背中美人ヨガ 鈴木	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木			17:30～18:30 スタンダード60 小野	
19:00	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 鈴木	19:15～20:15 スタンダード60 小野				19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 石栗	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木
20:00							
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 小野	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 武田				21:00～22:00 ホットピラティス 石栗	21:00～22:00 スタンダード60 小野
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が生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♪



