

山形店【4月1日～4月8日スケジュール】

2024年 3月 16日更新

	4月 1日(月)	4月 2日(火)	4月 3日(水)	4月 4日(木)	4月 5日(金)	4月 6日(土)	4月 7日(日)	4月 8日(月)	
9:00	定 休 日							定 休 日	
10:00									
11:00		10:30～11:30 スリムアッププレス 石栗	10:30～11:30 腸活ヨガ 小泉			10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 小泉	10:30～11:30 スタンダード60 武田		10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)石栗
12:00									
13:00									
14:00			12:15～13:15 スタンダード60 小野	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 石栗		12:15～13:15 スタンダード60 武田	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 武田		12:15～13:15 ホットピラティス 石栗
15:00			14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 石栗	14:00～15:00 エアロビヨガ 小泉		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 石栗	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木		14:00～15:00 スタンダード60 小野
16:00							15:45～16:45 スタンダード60 小野		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 武田
17:00									
18:00			17:30～18:30 スタンダード60 小野		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	17:30～18:30 背中美人ヨガ 鈴木		
19:00									
20:00			19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小泉	19:15～20:15 背中美人ヨガ 鈴木	19:15～20:15 スタンダード60 小野	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 鈴木			
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 小野	21:00～22:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)小泉	21:00～22:00 エアロビヨガ 小泉			
22:00									

山形店【4月9日～4月15日スケジュール】

	4月 9日(火)	4月 10日(水)	4月 11日(木)	4月 12日(金)	4月 13日(土)	4月 14日(日)	4月 15日(月)
9:00							定 休 日
10:00							
11:00	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 スタンダード60 武田	10:30～11:30 背中美人ヨガ 鈴木	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 石栗	
12:00							
13:00	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 鈴木	12:15～13:45 EXハワ-ヨガ (会員様限定) 石栗		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 セルトル美脚ヨガ 鈴木	
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 小野			14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 武田	14:00～15:00 ホットピラティス 石栗	
15:00							
16:00					15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	15:45～16:45 スタンダード60 小野	
17:00							
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 小野	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 武田	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 石栗	17:30～18:30 ホットピラティス 石栗	17:30～18:30 スタンダード60 小野		
19:00							
20:00	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 武田	19:15～20:15 スタンダード60 武田	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			
21:00	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 石栗	21:00～22:00 背中美人ヨガ 鈴木	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木	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。

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。



山形店【4月16日～4月23日スケジュール】

	4月 16日(火)	4月 17日(水)	4月 18日(木)	4月 19日(金)	4月 20日(土)	4月 21日(日)	4月 22日(月)	4月 23日(火)	
9:00									
10:00									
11:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 武田	10:30～11:30 ホットピラティス 石栗		10:30～11:30 スタンダード60 小野	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 武田		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 石栗	
12:00									
13:00									
14:00	12:15～13:15 スタンダード60 武田	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 武田		12:15～13:15 背中美人ヨガ 鈴木	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)石栗	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 鈴木		12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 石栗	
15:00							定 休 日	14:00～15:00 スタンダード60 武田	
16:00					15:45～16:45 スタンダード60 小野	15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木			
17:00									
18:00	17:30～18:30 背中美人ヨガ 鈴木		17:30～18:30 スタンダード60 武田	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 石栗	17:30～18:30 背中美人ヨガ 鈴木			17:30～18:30 スタンダード60 小野	
19:00									
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 鈴木	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 石栗	19:15～20:15 スタンダード60 武田					19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木
21:00	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 鈴木	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 武田	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 石栗					21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木
22:00									

山形店【4月24日～4月30日スケジュール】

	4月 24日(水)	4月 25日(木)	4月 26日(金)	4月 27日(土)	4月 28日(日)	4月 29日(月)	4月 30日(火)	
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 小野		10:30～11:30 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)石栗	10:30～11:30 スタンダード60 小野	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 石栗		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 武田	
12:00								
13:00	12:15～13:15 背中美人ヨガ 鈴木		12:15～13:15 スタンダード60 鈴木	12:15～13:15 スリムアッププレス 石栗	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木		12:15～13:15 スタンダード60 小野	
14:00			14:00～15:00 ホットピラティス 石栗	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 鈴木		14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 石栗	
15:00						定 休 日		
16:00				15:45～16:45 ホットピラティス 石栗	15:45～16:45 肩コリラックスヨガ 石栗			
17:00								
18:00	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 石栗	17:30～18:30 背中美人ヨガ 鈴木	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 セルトル美脚ヨガ 鈴木
19:00	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 石栗	19:15～20:15 スタンダード60 小野	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 鈴木					19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 石栗
20:00								
21:00	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 武田	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	21:00～22:00 スタンダード60 武田					21:00～22:00 背中美人ヨガ 鈴木
22:00								