

函館店【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 セルトル美脚ヨガ 佐藤	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 北川	10:30～11:15 Best Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 北川	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 浅見	10:30～11:30 スタンダード60 橋口			
12:00	12:00～13:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 北川	12:00～13:00 スタンダード60 橋口	12:15～13:15 腸活ヨガ 浅見	12:15～13:15 パワーコアAdvance (会員様限定)笹井	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 笹井			
13:00								
14:00	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 佐藤	13:30～14:30 ダイエットヨガ 北川	14:00～16:00 ホットピラティス 佐藤	14:00～16:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 北川	14:00～16:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤			
15:00		15:00～16:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤						
16:00			15:45～16:45 體トレ ピューティーヨガ 北川	15:45～16:45 スタンダード60 橋口	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 笹井			
17:00								
18:00	18:00～19:00 もも尻ヨガティス 笹井	18:00～19:00 免疫セラピーヨガ 浅見		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐藤	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 北川			
19:00				19:00～20:00 はじめてのパワヨガ (会員様限定)浅見	19:00～19:45 BEAT CORE HIIT 笹井			
20:00	19:30～20:30 スタンダード60 橋口	19:30～20:30 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤						
21:00	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 笹井	21:00～22:00 腸活ヨガ 浅見						
22:00								

全店研修

函館店【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		10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 佐藤	10:30～11:30 スタンダード60 橋口	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤		10:30～11:30 はじめてのパワヨガ (会員様限定)佐藤	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 佐藤
12:00		12:30～13:30 スタンダード60 橋口	12:15～13:15 腸活ヨガ 浅見	12:15～13:15 體トレ ピューティーヨガ 浅見		12:00～13:00 免疫セラピーヨガ 浅見	12:00～13:00 もも尻ヨガティス 笹井
13:00							
14:00		14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	14:00～15:00 エアロビヨガ 笹井	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐藤		13:30～14:30 ダイエットヨガ 佐藤	13:30～14:30 スタンダード60 橋口
15:00							
16:00			15:45～16:45 スタンダード60 橋口	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 北川		15:00～16:00 リンパデトックスヨガ 北川	15:00～16:00 骨盤矯正ヨガ 笹井
17:00				17:30～18:30 青中美人ヨガ 浅見			
18:00	18:00～19:00 體トレ ピューティーヨガ 浅見	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 北川			18:00～19:00 ココロカラダリセットヨガ 笹井	18:00～19:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 北川	
19:00				19:00～20:00 美ボディフロー ピラティス 佐藤			
20:00	19:30～20:30 腸活ヨガ 佐藤	19:30～20:30 寝せる身体をつくる ダイエットヨガ 浅見			19:30～20:30 スタンダード60 橋口	19:30～20:30 青中美人ヨガ 浅見	
21:00	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 北川	21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 北川			21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 笹井	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 北川	
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。

レッスンのWEB予約はこちらから♪

◆キャンセル待ちされる場合は、【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。



函館店【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 ココロカラダリセットヨガ* 笠井	10:30～11:30 スタンダード60 横口	10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ* 佐藤	10:30～11:30 エアロビヨガ 笠井		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 北川	10:30～11:30 スリムアッププレス 浅見	10:30～11:30 廊トレ ピューティーヨガ 浅見
12:00	12:00～13:00 ホットピラティス 佐藤	12:00～13:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 北川	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 笠井	12:15～13:15 免疫セラビーヨガ 北川		12:00～13:00 セルトル美脚ヨガ 佐藤	12:00～13:00 ボールでゆがみとりヨガ* 佐藤	12:15～13:15 スタンダード60 横口
13:00								
14:00	13:30～15:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 笠井	13:30～14:30 美ボディフロー ピラティス 笠井			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 佐藤	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ* 笠井		14:00～15:00 スリムアッププレス 浅見
15:00								
16:00						15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 笠井	16:45～16:46 ダイエットヨガ 北川	
17:00						17:30～18:30 スタンダード60 横口		
18:00	18:00～18:45 Beat Drum Diet3.0 二の脚青中Edition 北川	18:00～19:00 はじめてのパワーヨガ* (会員様限定)浅見				18:00～19:00 腸活ヨガ 浅見	18:00～19:00 Sound Feel Yoga ver.2 北川	
19:00						19:00～20:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 浅見		
20:00	19:30～20:30 免疫セラビーヨガ 浅見	19:30～20:30 セルトル美脚ヨガ 佐藤				19:30～20:30 はじめてのパワーヨガ* (会員様限定)浅見	19:30～20:30 スタンダード60 横口	19:00～19:45 Beat Drum Diet3.0 二の脚青中Edition 北川
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 横口	21:00～22:00 廊トレ ピューティーヨガ 浅見				21:00～22:00 スタンダード60 横口	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 北川	
22:00								

定
休
日

函館店【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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐藤	10:30～11:30 スタンダード60 横口	10:30～11:30 ダイエットヨガ 佐藤	10:30～11:30 スタンダード60 横口	10:30～11:30 ホットピラティス 佐藤	10:30～11:30 免疫セラビーヨガ 浅見	
12:00	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 北川	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	12:15～13:15 スタンダード60 横口	12:00～13:00 Sound Feel Yoga ver.2 北川	12:00～13:00 廊トレ ピューティーヨガ 北川	12:00～13:00 スタンダード60 横口	
13:00							
14:00	13:30～15:00 アドバンス90 (会員様限定) 佐藤	14:00～15:00 腸活ヨガ 浅見	14:00～15:00 ホットピラティス 佐藤	13:30～14:30 ボールでゆがみとりヨガ* 佐藤	13:30～14:30 セルトル美脚ヨガ 佐藤	13:30～14:30 腸活ヨガ 浅見	
15:00							
16:00						15:00～16:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 北川	
17:00							
18:00	18:00～19:00 免疫セラビーヨガ 浅見	17:30～18:30 スリムアッププレス 浅見		18:00～19:00 スリムアッププレス 浅見	18:00～19:00 腸活ヨガ 浅見	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 北川	
19:00						19:00～20:00 ココロカラダリセットヨガ* 笠井	
20:00	19:30～20:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 北川	19:00～20:00 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤					
21:00	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 浅見			21:00～22:00 免疫セラビーヨガ 浅見	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ* (会員様限定)浅見	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 佐藤	
22:00							

定
休
日