

金沢ラパーク店【10月1日～10月8日スケジュール】

2023年 9月15日更新

	10月 1日(日)	10月 2日(月)	10月 3日(火)	10月 4日(水)	10月 5日(木)	10月 6日(金)	10月 7日(土)	10月 8日(日)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 ココロカラダリセッショガ 近藤		10:30～11:30 スタンダード60 西野	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 西野		10:30～11:40 ディープレスヨガ 近藤	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)松本	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 与坂
12:00								
13:00	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松本		12:15～13:15 BEAT CORE HIIT 松本	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 与坂		12:15～13:15 フェイスアップヨガ 西野	12:15～13:15 スリムアッププレス 近藤	12:15～13:15 スタンダード60 西野
14:00	14:00～15:00 エアロピヨガ 近藤		14:00～15:00 青中美人ヨガ 西野			14:00～16:00 美ボディフロー ピラティス 近藤	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 西野	14:00～15:00 青中美人ヨガ 西野
15:00								
16:00	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 松本						15:45～16:45 カンフーダイエット 松本	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 与坂
17:00								
18:00			17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 松本		18:00～18:30 ヨガライト30 与坂		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 与坂	17:30～18:30 スタンダード60 西野
19:00			18:00～18:30 ヨガライト30 与坂					
20:00			19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)松本	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 与坂	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 与坂	19:15～20:15 エアロピヨガ 松本		
21:00			21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 与坂	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 与坂	21:00～22:00 カンフーダイエット 松本	21:00～22:00 スタンダード60 与坂		
22:00								

定
休
日

金沢ラパーク店【10月9日～10月15日スケジュール】

	10月 9日(月)	10月 10日(火)	10月 11日(水)	10月 12日(木)	10月 13日(金)	10月 14日(土)	10月 15日(日)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 与坂	10:30～11:30 カンフーダイエット 松本			10:30～11:30 ホットピラティス 近藤	10:30～11:30 青中美人ヨガ 西野	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 近藤
12:00							
13:00	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松本	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 与坂			12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 西野	12:15～13:15 カンフーダイエット 近藤	12:15～13:15 肩活ヨガ 松本
14:00		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 与坂			14:00～15:00 スリムアッププレス 近藤	14:00～15:00 スタンダード60 西野	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)近藤
15:00							
16:00						15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 与坂	15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 松本
17:00							
18:00	17:30～18:30 ココロカラダリセッショガ 近藤	17:30～18:00 リンパデトックス30 近藤	17:30～18:30 カンフーダイエット 松本	18:00～18:30 ヨガライト30 松本	17:30～18:30 ココロカラダリセッショガ 近藤		
19:00		18:45～19:45 青中美人ヨガ 西野		19:15～20:15 BEAT CORE HIIT 松本	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 与坂		
20:00							
21:00	19:15～20:15 スタンダード60 西野	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定)近藤	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 与坂	21:00～22:00 肩活ヨガ 松本			
22:00							

【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。



金沢ラパーク店【10月16日～10月22日スケジュール】

	10月 16日(月)	10月 17日(火)	10月 18日(水)	10月 19日(木)	10月 20日(金)	10月 21日(土)	10月 22日(日)	10月 23日(月)
定休日								
	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 西野	10:30～11:30 もも肩ヨガティス 近藤			10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 与坂	10:30～11:30 スタンダード60 近藤	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 与坂	
	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 松本	12:15～13:15 スタンダード60 西野			12:15～13:15 背中美人ヨガ 西野	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の脚集中Edition 与坂	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 西野	
	14:00～15:00 スタンダード60 西野	14:00～15:00 脚トレ ピューティーヨガ 近藤			14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 与坂	14:00～15:00 ホットピラティス 近藤	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 与坂	
							15:45～16:45 フェイスアップヨガ 西野	15:45～16:45 背中美人ヨガ 西野
	18:00～18:30 ヨガライト30 与坂			18:00～18:30 リンパデトックス30 近藤	17:30～18:30 スリムアッププレス 近藤	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 与坂		
	19:15～20:15 カンフーダイエット 松本	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 与坂	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松本		19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 近藤			
	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 与坂	21:00～22:00 エアロピヨガ 松本	21:00～22:10 ディーププレスヨガ 近藤	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 松本				

全
店
研
修

金沢ラパーク店【10月23日～10月31日スケジュール】

	10月 24日(火)	10月 25日(水)	10月 26日(木)	10月 27日(金)	10月 28日(土)	10月 29日(日)	10月 30日(月)	10月 31日(火)
全 店 研 修								
					10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 与坂	10:30～12:00 EX×パワーヨガ (会員様限定) 松本	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 西野	10:30～11:30 スタンダード60 西野
				12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)近藤	12:40～13:40 全身ととのう 寝たまんまヨガ 与坂	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 与坂	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 与坂	
					14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 与坂	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 西野	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 西野	14:00～15:00 背中美人ヨガ 西野
				19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 松本	18:00～18:30 リンパデトックス30 西野	17:40～18:40 背中美人ヨガ 西野	15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の脚集中Edition 与坂	18:00～18:30 ヨガライト30 松本
				19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 近藤	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 松本			19:15～20:15 脚トレ ピューティーヨガ 松本
				21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 近藤	21:00～22:00 スタンダード60 西野		21:00～22:00 カンフーダイエット 近藤	

定
休
日