

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		定 休 日						
10:00								
11:00	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 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 ディープブレスヨガ 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 二の腕育中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 腫トレ ビューティーヨガ 松本	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 与坂		12:15～13:15 フェイスアップヨガ 西野	12:15～13:15 スリムアップブレス 近藤	12:15～13:15 スタンダード60 西野
14:00	14:00～15:00 エアロビヨガ 近藤		14:00～15:00 背中美人ヨガ 西野			14:00～15:00 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 背中美人ヨガ 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 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 与坂
17:00								
18:00			18:00～18:30 ヨガライト30 与坂	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 松本	18:00～18:30 ヨガライト30 松本	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			19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)松本	19:15～20:15 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX 与坂	19:15～20:15 肩コリラクゼーション 与坂	19:15～20:15 エアロビヨガ 松本		
20:00								
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 腸活ヨガ 松本	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								

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 アロマリラクゼーション 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 背中美人ヨガ 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 腸活ヨガ 松本
14:00	14:00～15:00 肩コリラクゼーション 与坂				14:00～15:00 スリムアップブレス 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トヨガ 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トヨガ 近藤	
19:00		18:45～19:45 背中美人ヨガ 西野					
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 西野		19:15～20:15 腫トレ ビューティーヨガ 松本	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 与坂			
21:00	21:00～22:00 もも尻ヨガピラティス 近藤	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 腸活ヨガ 松本			
22:00							

定
休
日

【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。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♪



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)
9:00	定 休 日							全 店 研 修
10:00								
11:00		10:30～11:30 フェイスアップヨガ 西野	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 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	
12:00								
13:00		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 二の膽育中Edition 与坂	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 西野	
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 西野	14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 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	
15:00								
16:00						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	
17:00								
18:00		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		
19:00								
20:00		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		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			
22:00								

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)
9:00	全 店 研 修	全 店 研 修						
10:00								
11:00				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
12:00				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
13:00								
14:00				14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 与坂	14:20～15:20 スタンダード60 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
15:00								
16:00					16:00～17:00 肩コリラックスヨガ 与坂	15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の膽育中Edition 与坂		
17:00								
18:00			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			18:00～18:30 ヨガライト30 松本
19:00								
20:00			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 腫トレ ビューティーヨガ 松本
21:00			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
22:00								