

# ふじみ野店【12月1日～12月8日スケジュール】

2023年 11月 28日更新

	12月1日(金)	12月2日(土)	12月3日(日)	12月4日(月)	12月5日(火)	12月6日(水)	12月7日(木)	12月8日(金)
9:00								9:00～10:00 特別レッスン※有料 齊藤
10:00								10:30～11:30 スタンダード60 関根
11:00	10:30～11:30 SUMO YOGA 齊藤	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 関根	10:30～11:30 腰活ヨガ 関根		10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 佐野	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 関根		
12:00								12:15～13:15 はじめてのバリヨガ (会員様限定) 齊藤
13:00								
14:00	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 齊藤	14:00～15:00 スリムアップブレス 佐野	14:00～15:00 スタンダード60 佐野		14:00～15:00 フェイスアップヨガ 齊藤	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 佐野		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 齊藤
15:00								
16:00			15:45～16:45 もも尻ヨガティス 宇津木	15:45～16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 佐野				
17:00					17:30～18:30 腰活ヨガ 関根			
18:00	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 佐野	17:30～18:30 スタンダード60 関根			17:30～18:30 エアロビヨガ 関根			17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 関根
19:00	19:15～20:15 脚トレ ピューティヨガ 佐野				19:15～20:15 はじめてのバリヨガ (会員様限定) 齊藤	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 齊藤	19:15～20:15 スタンダード60 関根	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 佐野
20:00								
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 宇津木			21:00～22:00 スタンダード60 関根	21:00～22:00 スリムアップブレス 佐野	21:00～22:00 ホットピラティス 宇津木		21:00～22:00 脚トレ ピューティヨガ 佐野
22:00								

# ふじみ野店【12月9日～12月15日スケジュール】

	12月9日(土)	12月10日(日)	12月11日(月)	12月12日(火)	12月13日(水)	12月14日(木)	12月15日(金)
9:00					9:00～10:00 特別レッスン※有料 齊藤		
10:00				10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 佐野	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 齊藤		10:30～11:30 フェイスアップヨガ 齊藤
11:00	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 齊藤	10:30～11:30 スタンダード60 関根					
12:00				12:15～13:15 脚トレ ピューティヨガ 佐野	12:15～13:15 スリムアップブレス 佐野		12:15～13:15 スタンダード60 関根
13:00							
14:00	14:00～15:00 フェイスアップヨガ 齊藤	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 宇津木		14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 関根		14:00～15:00 エアロビヨガ 関根	
15:00							
16:00	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 佐野	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 宇津木					
17:00							
18:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 佐野			17:30～18:30 腰中美人ヨガ 齊藤	17:30～18:30 腰活ヨガ 関根	17:30～18:30 スタンダード60 関根	17:30～18:30 ホットピラティス 佐野
19:00							
20:00							
21:00				21:00～22:00 もも尻ヨガティス 宇津木	21:00～22:00 脚トレ ピューティヨガ 佐野	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 佐野	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 齊藤
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づつに制限されます。

※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。



## ふじみ野店【12月16日～12月23日スケジュール】

	12月16日(土)	12月17日(日)	12月18日(月)	12月19日(火)	12月20日(水)	12月21日(木)	12月22日(金)	12月23日(土)
9:00					9:00～10:00 特別レッスン※有料 齊藤			
10:00		10:20～10:30 アサナ解説【コラボのポーズ】			10:30～11:30 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 佐野		10:30～11:30 スタンダード60 関根	10:30～11:30 スリムアップブレス 佐野
11:00	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 齊藤	10:30～11:30 フェスティ特別レッスン 関根		12:05～12:15 アサナ解説 【手本と一緒にできるポーズ】	12:15～13:15 背中美人ヨガ 齊藤	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 佐野	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 島野	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 佐野
12:00								
13:00	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 関根	12:15～13:00 Movie Heroine Yoga 島野						
14:00	14:00～15:00 SUMO YOGA 齊藤	13:30～15:00 ステップアップ アサナWS 齊藤		14:00～15:00 スタンダード60 関根	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 齊藤		14:00～15:00 脚トレ ビューティヨガ 佐野	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 宇津木
15:00								15:30～17:00 アドバンス90 (会員様限定) 未定
16:00	15:45～16:45 スタンダード60 関根	15:45～16:45 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 佐野						
17:00		17:30～18:30 脚活ヨガ 関根		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 島野		17:30～18:30 背中美人ヨガ 島野	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 佐野	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 宇津木
18:00								
19:00				19:15～20:15 ホットピラティス 宇津木	19:15～20:15 スタンダード60 島野	19:15～20:15 脚活ヨガ 関根	19:15～20:15 SUMO YOGA 齊藤	19:15～20:15 特別レッスン※有料 齊藤
20:00								
21:00				21:00～21:45 Movie Heroine Yoga 島野	21:00～22:00 脚活ヨガ 関根	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 島野	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 齊藤	
22:00								

## ふじみ野店【12月24日～12月31日スケジュール】

	12月24日(日)	12月25日(月)	12月26日(火)	12月27日(水)	12月28日(木)	12月29日(金)	12月30日(土)	12月31日(日)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 齊藤		10:30～11:30 エアロビヨガ 関根	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 佐野		10:30～11:30 スリムアップブレス 佐野		
12:00								
13:00	12:15～13:15 スタンダード60 関根		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 島野	12:15～13:00 Movie Heroine Yoga 島野		12:15～13:15 脚活ヨガ 関根		
14:00	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の脇膏中Edition 佐野		12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 島野			14:00～15:00 スタンダード60 関根		
15:00								
16:00	15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ 関根					15:45～17:45 108回太陽礼拝 (会員様限定) ※常温 島野		
17:00								
18:00				17:30～18:30 はじめてのハーネヨガ (会員様限定)齊藤	17:30～18:30 脚活ヨガ 関根	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 齊藤		
19:00				19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 齊藤	19:00～20:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 齊藤	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 齊藤		
20:00								
21:00				21:00～22:00 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 佐野	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 関根	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 宇津木		
22:00								

定休日

年末年始休業