## イオン古河店【4月1日～4月8日スケジュール】

2024年　3月　15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 | | 10:30～11:30 スタンダード60 会沢 | 10:30～11:30 美ボディフローピラティス 奥平 | | 10:30～11:30 スタンダード60 塚本 | 10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 塚本 | 10:30～11:30 ホットピラティス 伊澤 | |
| 11:00 | | | | | | | | |
| 12:00 | | 12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 伊澤 | 12:15～13:15 痩せる身体をつくるダイエットヨガ 奥平 | | 12:15～13:15 ホットピラティス 奥平 | 12:15～13:15 スタンダード60 会沢 | 12:15～13:15 美姿勢アンチエイジングヨガ 奥平 | |
| 13:00 | | | | | | | | |
| 14:00 | | 14:00～15:00 もも尻ヨガティス 伊澤 | 14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 会沢 | | 14:00～15:00 オトナのためのオールインワンヨガ 塚本 | 14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 伊澤 | 14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)奥平 | |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | 15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 会沢 | 15:45～16:55 ディープブレスヨガ 伊澤 | |
| 17:00 | | | | 17:00～18:30 アドバンス90 (会員様限定) 伊澤 | | | | |
| 18:00 | | 17:30～18:30 オトナのためのオールインワンヨガ 塚本 | 17:30～18:30 エアロビヨガ 塚本 | | 17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 会沢 | 17:30～18:30 みるみる変わる姿勢ピラティス 塚本 | | |
| 19:00 | | 19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 奥平 | 19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 伊澤 | 19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 塚本 | 19:15～20:15 背中美人ヨガ 会沢 | 19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 伊澤 | | |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | | 20:50～21:50 みるみる変わる姿勢ピラティス 塚本 | 20:50～21:50 ココロカラダリセットヨガ 伊澤 | 20:50～21:50 スタンダード60 会沢 | 20:50～21:50 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)伊澤 | | | |
| 22:00 | | | | | | | | |

## イオン古河店【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 | 10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 伊澤 | 10:30～11:30 オトナのためのオールインワンヨガ 塚本 | | 10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 伊澤 | 10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)伊澤 | 10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 会沢 | |
| 11:00 | | | | | | | |
| 12:00 | 12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)伊澤 | 12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 塚本 | | 12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 伊澤 | 12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 塚本 | 12:15～13:15 オトナのためのオールインワンヨガ 塚本 | |
| 13:00 | | | | | | | |
| 14:00 | 14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 奥平 | 14:00～15:00 背中美人ヨガ 会沢 | | 14:00～15:00 みるみる変わる姿勢ピラティス 会沢 | 14:00～15:10 ディープブレスヨガ 伊澤 | 14:00～15:00 エアロビヨガ 塚本 | |
| 15:00 | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | 15:45～16:45 背中美人ヨガ 会沢 | 15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 会沢 | |
| 17:00 | 17:30～18:30 痩せる身体をつくるダイエットヨガ 奥平 | 17:30～18:40 ディープブレスヨガ 伊澤 | 17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 伊澤 | 17:30～18:30 オトナのためのオールインワンヨガ 塚本 | 17:30～18:30 スタンダード60 会沢 | | |
| 18:00 | | | | | | | |
| 19:00 | 19:15～20:15 スタンダード60 会沢 | 19:15～20:15 美姿勢アンチエイジングヨガ 奥平 | 19:15～20:15 もも尻ヨガティス 伊澤 | 19:15～20:15 エアロビヨガ 塚本 | 19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 塚本 | | |
| 20:00 | | | | | | | |
| 21:00 | 20:50～21:50 セルトル美脚ヨガ 会沢 | 20:50～21:50 美ボディフローピラティス 奥平 | 20:50～21:50 セルトル美脚ヨガ 会沢 | 20:50～21:50 スタンダード60 会沢 | | | |
| 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。
◆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に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。

レッスンのWEB予約はこちらから♪

## イオン古河店【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 | | | | | | | 定休日 | |
| 10:00 | 10:30～11:30<br>スタンダード60<br>塚本 | 10:30～11:30<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定)奥平 | | 10:30～11:30<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>会沢 | 10:30～11:30<br>セルトル美脚ヨガ<br>会沢 | 10:30～11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>伊澤 | | 10:30～11:30<br>もも尻ヨガティス<br>伊澤 |
| 11:00 | | | | | | | | |
| 12:00 | 12:15～13:15<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>奥平 | 12:15～13:15<br>骨盤矯正ヨガ<br>塚本 | | 12:15～13:15<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>奥平 | 12:15～13:00<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕背中Edition<br>奥平 | 12:15～13:15<br>背中美人ヨガ<br>会沢 | | 12:15～13:15<br>スタンダード60<br>会沢 |
| 13:00 | | | | | | | | |
| 14:00 | 14:00～15:00<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>奥平 | 14:00～15:00<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>奥平 | | 14:00～15:00<br>ホットピラティス<br>奥平 | 14:00～15:00<br>ココロカラダリセットヨガ<br>伊澤 | 14:00～15:00<br>スタンダード60<br>会沢 | | 14:00～15:00<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定)伊澤 |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | 15:45～16:45<br>ホットピラティス<br>伊澤 | 15:45～17:15<br>アドバンス90<br>(会員様限定)<br>伊澤 | | |
| 17:00 | 17:30～18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>伊澤 | 17:30～18:30<br>背中美人ヨガ<br>会沢 | 17:30～18:30<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>奥平 | 17:30～18:30<br>リンパデトックスヨガ<br>塚本 | 17:30～18:30<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>塚本 | | | 17:30～18:30<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>塚本 |
| 18:00 | | | | | | | | |
| 19:00 | 19:15～20:15<br>肩コリラックスヨガ<br>会沢 | 19:15～20:15<br>スタンダード60<br>会沢 | 19:15～20:15<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定)伊澤 | 19:15～20:15<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>塚本 | 19:15～20:15<br>エアロビヨガ<br>塚本 | | | 19:15～20:15<br>痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>奥平 |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | 20:50～21:50<br>Sound Feel Yoga ver.2<br>伊澤 | 20:50～22:00<br>ディープブレスヨガ<br>伊澤 | 20:50～21:50<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>奥平 | 20:50～21:50<br>もも尻ヨガティス<br>伊澤 | | | | 20:50～21:50<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定)奥平 |
| 22:00 | | | | | | | | |

## イオン古河店【4月24日～4月日スケジュール】

| | 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 | | | | | | 定休日 | |
| 10:00 | 10:30～11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>伊澤 | | 10:30～11:30<br>骨盤矯正ヨガ<br>奥平 | 10:30～11:30<br>背中美人ヨガ<br>会沢 | 10:30～11:15<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の腕背中Edition<br>奥平 | | 10:30～11:30<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>塚本 |
| 11:00 | | | | | | | |
| 12:00 | 12:15～13:15<br>肩コリラックスヨガ<br>会沢 | | 12:15～13:15<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定)奥平 | 12:15～13:15<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>奥平 | 12:15～13:15<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>塚本 | | 12:15～13:15<br>ホットピラティス<br>奥平 |
| 13:00 | | | | | | | |
| 14:00 | 14:00～15:30<br>アドバンス90<br>(会員様限定)<br>伊澤 | | 14:00～15:00<br>セルトル美脚ヨガ<br>会沢 | 14:00～15:00<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>奥平 | 14:00～15:00<br>セルトル美脚ヨガ<br>会沢 | | 14:00～15:00<br>リンパデトックスヨガ<br>塚本 |
| 15:00 | | | | | | | |
| 16:00 | | | | 15:45～16:45<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定)伊澤 | 15:45～16:45<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>奥平 | | |
| 17:00 | 17:30～18:30<br>スタンダード60<br>塚本 | 17:30～18:30<br>リンパデトックスヨガ<br>塚本 | 17:30～18:30<br>ホットピラティス<br>伊澤 | 17:30～18:30<br>肩コリラックスヨガ<br>会沢 | | | 17:30～18:30<br>セルトル美脚ヨガ<br>会沢 |
| 18:00 | | | | | | | |
| 19:00 | 19:15～20:15<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>奥平 | 19:15～20:15<br>Sound Feel Yoga ver.2<br>伊澤 | 19:15～20:15<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>塚本 | 19:15～20:15<br>もも尻ヨガティス<br>伊澤 | | | 19:15～20:15<br>骨盤矯正ヨガ<br>奥平 |
| 20:00 | | | | | | | |
| 21:00 | 20:50～21:50<br>美姿勢<br>アンチエイジングヨガ<br>奥平 | 20:50～21:50<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>塚本 | 20:50～21:50<br>ココロカラダリセットヨガ<br>伊澤 | | | | 20:50～22:00<br>ディープブレスヨガ<br>伊澤 |
| 22:00 | | | | | | | |