八戸店【3月1日～3月8日スケジュール】

2024年 2月15日更新

	3月 1日(金)	3月 2日(土)	3月 3日(日)	3月 4日(月)	3月 5日(火)	3月 6日(水)	3月 7日(木)	3月 8日(金)
9:00				定休日				
10:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 大崎	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 大崎	10:30～11:30 背中美人ヨガ 圓子		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 圓子	10:30～11:30 スタンダード60 圓子		10:30～11:30 ホットピラティス 三田
11:00								
12:00	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 大崎	12:15～13:15 ポールでゆがみとりヨガ 大崎	12:15～13:15 スタンダード60 西向		12:15～13:15 スタンダード60 西向	12:15～13:15 背中美人ヨガ 圓子		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 圓子
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 西向	14:00～15:00 背中美人ヨガ 圓子	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 圓子		14:00～15:00 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 西向			14:00～15:00 背中美人ヨガ 圓子
15:00								
16:00		15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ 三田	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 西向					
17:00	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 三田	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 三田			17:20～18:30 ディープブレスヨガ 三田	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 西向	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 三田	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 三田
18:00								
19:00	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 西向				19:15～20:15 背中美人ヨガ 圓子	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 三田	19:15～20:00 Movie Heroine Yoga 大崎	19:15～20:15 スタンダード60 西向
20:00								
21:00	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 三田				21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)三田	21:00～22:00 腸トレ ビューティーヨガ 三田	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 三田	21:00～22:00 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 西向
22:00								

八戸店【3月9日～3月15日スケジュール】

	3月 9日(土)	3月 10日(日)	3月 11日(月)	3月 12日(火)	3月 13日(水)	3月 14日(木)	3月 15日(金)
9:00			定休日				
10:00	10:30～11:30 背中美人ヨガ 圓子	10:30～11:30 ポールでゆがみとりヨガ 大崎		10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 大崎	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 三田		10:30～11:30 スタンダード60 圓子
11:00							
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 圓子	12:15～13:15 Movie Heroine Yoga 大崎		12:15～13:15 ホットピラティス 大崎	12:15～13:15 スタンダード60 西向		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 圓子
13:00							
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 大崎	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 西向		14:00～15:00 スタンダード60 圓子	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 三田		14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 石山
15:00							
16:00	15:45～16:45 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 西向	15:45～16:45 スタンダード60 西向					
17:00	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 大崎			17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 三田		17:30～18:30 スタンダード60 西向	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 石山
18:00							
19:00				19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 圓子	19:15～20:15 背中美人ヨガ 圓子	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 大崎	19:15～20:15 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 西向
20:00							
21:00				21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 三田	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 圓子	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 大崎	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 西向
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♪

八戸店【3月16日～3月23日スケジュール】

	3月 16日(土)	3月 17日(日)	3月 18日(月)	3月 19日(火)	3月 20日(水)	3月 21日(木)	3月 22日(金)	3月 23日(土)
9:00			定休日					
10:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 石山	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 西向		10:30～11:30 背中美人ヨガ 大崎	10:20～11:30 ディープブレスヨガ 君島		10:30～11:30 ホットピラティス 君島	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 三田
11:00								
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 西向	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 石山		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 西向	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 西向		12:15～13:15 スタンダード60 西向	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 西向
13:00								
14:00	13:45～14:45 Sound Feel Yoga ver.2 三田	14:00～15:00 スタンダード60 西向			14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 君島		14:00～15:00 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ （会員様限定）君島	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 三田
15:00	15:15～16:45 EXパワーヨガ （会員様限定） 石山							
16:00		15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 石山			15:45～16:45 （復活）K-POP WORKOUT Dynamite MIX 西向			15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 西向
17:00	17:30～18:30 ホットピラティス 三田			17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 三田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 君島	17:30～18:30 フェイスアップヨガ 君島	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 三田	17:30～18:30 ココロカラダリセットﾖｶﾞ 三田
18:00								
19:00				19:15～20:15 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ （会員様限定）君島		19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ 三田	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 西向	
20:00							20:50～22:00 ディープブレスヨガ 三田	
21:00				21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 三田		21:00～22:00 背中美人ヨガ 君島		
22:00								

八戸店【3月24日～3月31日スケジュール】

	3月 24日(日)	3月 25日(月)	3月 26日(火)	3月 27日(水)	3月 28日(木)	3月 29日(金)	3月 30日(土)	3月 31日(日)
9:00		定休日						
10:00	10:30～11:30 （復活）K-POP WORKOUT Dynamite MIX 西向		10:30～11:30 フェイスアップヨガ 君島	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 君島		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 西向	10:30～11:30 ホットピラティス 君島	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 君島
11:00								
12:00	12:15～13:15 ホットピラティス 君島		12:15～13:00 Movie Heroine Yoga 大崎	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 三田		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 三田	12:15～13:15 スタンダード60 西向	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 三田
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 西向		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 君島	14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 三田		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 三田	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 三田	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 君島
15:00								
16:00	15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 君島						15:45～16:45 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ （会員様限定）君島	15:45～16:45 （復活）K-POP WORKOUT Dynamite MIX 西向
17:00			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 三田		17:00～18:00 スタンダード60 西向	17:20～18:30 ディープブレスヨガ 君島	17:30～18:30 背中美人ヨガ 三田	
18:00					18:45～19:45 セルトル美脚ヨガ 西向			
19:00			19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 三田	19:15～20:15 スタンダード60 西向		19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 大崎		
20:00					20:30～22:00 EXパワーヨガ （会員様限定） 君島			
21:00			21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 西向	21:00～22:00 ホットピラティス 大崎		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 君島		
22:00								