金沢ラパーク店【3月1日～3月8日スケジュール】

2024年 3月 12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 ポールでゆがみとりヨガ 松本	10:30～11:30 スタンダード60 清水	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 西野		10:30～11:30 スタンダード60 清水	10:30～11:30 ホットピラティス 西野		10:30～11:30 スリムアッププレス 曽根原
11:00								
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 清水	12:15～13:15 ホットピラティス 西野	12:15～13:15 スタンダード60 清水		12:15～13:00 Movie Heroine Yoga 西野	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 西野		12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 曽根原
13:00								
14:00	14:00～15:00 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 松本	14:00～15:00 腸活ヨガ 曽根原	14:00～15:00 背中美人ヨガ 西野		14:00～15:00 スタンダード60 清水			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 西野
15:00								
16:00		15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 西野	15:45～16:45 スタンダード60 清水					
17:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 西野	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 曽根原			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 西野	17:30～18:30 ダイエットヨガ 松本	17:30～18:30 スタンダード60 清水	17:30～18:30 ポールでゆがみとりヨガ 松本
18:00								
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 清水				19:15～20:15 腸トレ ビューティーヨガ 曽根原	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 曽根原	19:15～20:15 背中美人ヨガ 西野	19:15～20:15 スタンダード60 清水
20:00								
21:00	21:00～22:00 背中美人ヨガ 西野				21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 曽根原	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 松本	21:00～22:00 スタンダード60 清水	21:00～22:00 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ (会員様限定)松本
22:00								

金沢ラパーク店【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 もも尻ヨガティス 曽根原	10:30～11:30 スタンダード60 清水		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 曽根原	10:30～11:30 スタンダード60 清水		10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松本
11:00							
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 清水	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)松本		12:15～13:15 スタンダード60 清水	12:15～13:15 背中美人ヨガ 西野		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 西野
13:00							
14:00	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 松本	14:00～15:00 スタンダード60 清水		14:00～15:00 腸トレ ビューティーヨガ 曽根原	14:00～15:00 スタンダード60 清水		14:00～15:00 エアロビヨガ 松本
15:00							
16:00	15:45～16:45 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 松本	15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松本					
17:00	17:30～18:30 スタンダード60 清水			17:30～18:30 腸活ヨガ 松本		17:30～18:30 スリムアッププレス 曽根原	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 曽根原
18:00							
19:00				19:15～20:15 ダイエットヨガ 松本	18:45～19:45 リンパデトックスヨガ 西野	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 西野	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 曽根原
20:00					20:30～22:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 松本		
21:00				21:00～21:45 Movie Heroine Yoga 西野		21:00～22:00 もも尻ヨガティス 曽根原	21:00～22:00 スタンダード60 清水
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♪

金沢ラパーク店【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	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 松本	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 西野		10:30～11:30 スタンダード60 清水	10:30～11:15 Movie Heroine Yoga 西野		10:30～11:30 ダイエットヨガ 松本	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 西野
11:00								
12:00	12:15～13:15 ポールでゆがみとりヨガ 松本	12:15～13:15 スタンダード60 清水		12:15～13:15 ホットピラティス 西野	12:15～13:15 スタンダード60 清水		12:15～13:15 パワーヨガAdvance （会員様限定）松本	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 曽根原
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 清水	14:00～14:45 Movie Heroine Yoga 西野		14:00～15:00 スタンダード60 清水	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ （会員様限定）松本		14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 西野	14:00～15:00 背中美人ヨガ 西野
15:00								
16:00	15:45～16:45 ホットピラティス 西野	15:45～16:45 スタンダード60 清水			15:45～16:45 ココロカラダリセットヨガ 西野			15:45～16:45 スタンダード60 清水
17:00	17:30～18:30 背中美人ヨガ 西野			17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松本	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 松本	17:30～18:30 スタンダード60 清水	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 曽根原	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 曽根原
18:00								
19:00				19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 西野		19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 曽根原	19:15～20:15 スタンダード60 清水	
20:00								
21:00				21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 松本		21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 曽根原	21:00～22:00 腸トレ ビューティーヨガ 曽根原	
22:00								

金沢ラパーク店【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 エアロビヨガ 松本		10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 曽根原	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 曽根原		10:30～11:30 スタンダード60 清水	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松本	10:30～12:00 アドバンス90 （会員様限定） 曽根原
11:00								
12:00	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 西野		12:15～13:15 BEAT CORE HIIT 曽根原	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 曽根原		12:15～13:15 ダイエットヨガ 松本	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 曽根原	12:45～13:30 Movie Heroine Yoga 西野
13:00								
14:00	14:00～15:00 （復活）K-POP WORKOUT Dynamite MIX 松本		14:00～15:00 スタンダード60 清水			14:00～15:00 スタンダード60 清水	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 松本	14:15～15:15 骨盤矯正ヨガ 松本
15:00								
16:00	15:45～16:45 ホットピラティス 西野						15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ 曽根原	16:00～17:00 （復活）K-POP WORKOUT Dynamite MIX 松本
17:00			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 西野	17:30～18:30 腸トレ ビューティーヨガ 松本	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 曽根原	17:30～18:30 背中美人ヨガ 西野	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 西野	
18:00								
19:00			19:15～20:00 Movie Heroine Yoga 西野	19:15～20:15 ホットピラティス 西野	19:15～20:15 スタンダード60 清水	19:15～20:15 パワーヨガAdvance （会員様限定）松本		
20:00								
21:00			21:00～22:00 スタンダード60 清水	21:00～22:00 （復活）K-POP WORKOUT Dynamite MIX 松本	21:00～22:00 スリムアッププレス 曽根原	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 西野		
22:00								