金沢ラパーク店【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 スリムアッププレス 曽根原	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 西野		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 松本	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)松本	10:30～11:30 スタンダード60 清水	
11:00								
12:00		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 西野	12:15～13:15 スタンダード60 清水		12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 曽根原	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 松本	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 オトナのための オールインワンヨガ 曽根原	14:00～15:00 ホットピラティス 西野		14:00～15:00 ポールでゆがみとりヨガ 松本	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 西野	14:00～15:00 背中美人ヨガ 西野	
15:00								
16:00						15:45～16:45 スタンダード60 清水	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 曽根原	
17:00		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 松本		17:30～18:30 スタンダード60 清水	17:30～18:30 背中美人ヨガ 西野	17:30～18:30 ホットピラティス 西野		
18:00								
19:00		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	19:15～20:15 背中美人ヨガ 西野	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 西野			
20:00								
21:00		21:00～22:00 エアロビヨガ 松本	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 曽根原	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 西野	21:00～22:00 スタンダード60 清水			
22:00								

金沢ラパーク店【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 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 西野	10:30～11:30 スタンダード60 清水		10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 松本	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 曽根原	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 ホットピラティス 西野	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 曽根原		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 西野	12:45～13:45 肩コリラックスヨガ 曽根原	12:15～13:15 スタンダード60 清水	
13:00							
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 清水			14:00～15:00 腸活ヨガ 松本	14:30～15:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 松本	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)松本	
15:00							
16:00					16:15～17:00 BEAT CORE HIIT 松本	15:45～16:45 スタンダード60 清水	
17:00	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 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)松本	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 西野	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 曽根原	17:30～18:30 スタンダード60 清水		
18:00							
19:00	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 ココロカラダリセットヨガ 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			
20:00							
21:00	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 曽根原	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 松本	21:00～22:00 スタンダード60 清水	21:00～22:00 スリムアッププレス 曽根原			
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【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 みるみる変わる 姿勢ピラティス 曽根原	10:30～11:30 エアロビヨガ 松本		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 リンパデトックスヨガ 西野	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 曽根原		10:30～11:30 スタンダード60 清水
11:00								
12:00	12:15～13:15 背中美人ヨガ 西野	12:15～13:15 スタンダード60 清水		12:15～13:15 もも尻ヨガティス 曽根原	12:15～13:15 エアロビヨガ 松本	12:15～13:15 腸トレ ビューティーヨガ 曽根原		12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松本
13:00								
14:00	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 曽根原	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 松本		14:00～15:00 スタンダード60 清水	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 西野	14:00～15:00 スタンダード60 清水		14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 松本
15:00								
16:00					15:45～16:45 スタンダード60 清水	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 松本		
17:00	17:30～18:30 ポールでゆがみとりヨガ 松本		17:30～18:30 腸トレ ビューティーヨガ 曽根原	17:30～18:30 背中美人ヨガ 西野	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)松本			17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 曽根原
18:00								
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 清水	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 曽根原	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 西野	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 松本				19:15～20:15 背中美人ヨガ 西野
20:00								
21:00	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)松本	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 西野	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 曽根原	21:00～22:00 ホットピラティス 西野				21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 曽根原
22:00								

金沢ラパーク店【4月24日～4月31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	10:30～12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 松本		10:30～11:30 スタンダード60 清水	10:30～11:30 背中美人ヨガ 西野	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 松本		10:30～11:30 ホットピラティス 西野
11:00							
12:00			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 オトナのための オールインワンヨガ 曽根原		12:15～13:15 スタンダード60 清水
13:00	12:45～13:45 オトナのための オールインワンヨガ 曽根原						
14:00			14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 西野	14:00～15:00 スリムアッププレス 曽根原	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 曽根原		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 西野
15:00							
16:00				15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)松本	15:45～16:45 スタンダード60 清水		
17:00	17:30～18:30 ホットピラティス 西野	17:30～18:30 エアロビヨガ 松本	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 曽根原	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 曽根原			17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 松本
18:00							
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 清水	19:15～20:15 腸活ヨガ 松本	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)松本				19:15～20:15 スリムアッププレス 曽根原
20:00							
21:00	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 西野	21:00～22:00 スタンダード60 清水	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 曽根原				21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)松本
22:00							