

函館店【6月1日～6月8日スケジュール】

2024年 5月 15日更新

	6月 1日(土)	6月 2日(日)	6月 3日(月)	6月 4日(火)	6月 5日(水)	6月 6日(木)	6月 7日(金)	6月 8日(土)	
9:00			定 休 日						
10:00									
11:00	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	10:30～11:30 スタンダード60 米谷		10:30～11:30 ポールでゆがみとりヨガ 佐藤	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 朝長	10:30～11:30 青中美人ヨガ 佐藤	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 笹井	10:30～11:30 スタンダード60 米谷	
12:00	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 笹井	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 笹井		12:00～13:00 オトナのための オールインワンヨガ 笹井	12:00～13:00 エアロビヨガ 笹井	12:00～13:00 スタンダード60 朝長	12:00～13:00 もも尻ヨガティス 笹井	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 佐藤	
13:00									
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 米谷	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 笹井			13:30～14:30 ホットピラティス 佐藤	13:30～14:30 スタンダード60 朝長	13:30～14:30 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 佐藤	13:30～14:30 スタンダード60 米谷	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤
15:00							10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 朝長		
16:00	15:45～16:45 はじめての「ハーブ」が (会員様限定)佐藤	15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の胸背中Edition 笹井						15:45～16:45 スタンダード60 朝長	
17:00									
18:00	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 笹井				18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 朝長	18:00～19:00 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 笹井	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 笹井	18:00～19:00 スタンダード60 米谷	17:30～18:30 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX 佐藤
19:00	19:00～20:00 スタンダード60 米谷								19:00～20:00 リンパデトックスヨガ 朝長
20:00					19:30～20:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)笹井	19:30～20:30 スタンダード60 米谷	19:30～20:15 Beat Drum Diet3.0 二の胸背中Edition 笹井	19:30～20:30 免疫セラピーヨガ 佐藤	
21:00					21:00～22:00 スタンダード60 朝長	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 笹井	21:00～22:00 スタンダード60 米谷	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤	
22:00									

函館店【6月9日～6月15日スケジュール】

	6月 9日(日)	6月 10日(月)	6月 11日(火)	6月 12日(水)	6月 13日(木)	6月 14日(金)	6月 15日(土)		
9:00	研 修	定 休 日							
10:00									
11:00			10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	10:30～11:30 スタンダード60 朝長	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 笹井	10:30～11:30 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 佐藤			
12:00			12:00～13:00 スタンダード60 米谷	12:00～13:00 もも尻ヨガティス 笹井	12:00～13:00 スタンダード60 朝長	12:15～13:15 エアロビヨガ 笹井			
13:00									
14:00			13:30～14:30 はじめての「ハーブ」が (会員様限定)佐藤	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 朝長	13:30～14:15 Beat Drum Diet3.0 二の胸背中Edition 笹井	14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 佐藤			
15:00									
16:00								15:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)笹井	
17:00									
18:00					18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 朝長	18:00～19:00 美ボディフロー ピラティス 笹井	18:00～19:00 青中美人ヨガ 佐藤	17:30～18:30 ポールでゆがみとりヨガ 佐藤	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 朝長
19:00					19:30～20:30 エアロビヨガ 笹井	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 朝長	19:30～20:30 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 笹井	19:00～20:00 オトナのための オールインワンヨガ 笹井	19:00～20:00 スタンダード60 米谷
20:00									
21:00					21:00～22:00 スタンダード60 朝長	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 笹井	21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 佐藤	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 佐藤	
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♪



函館店【6月16日～6月23日スケジュール】

	6月 16日(日)	6月 17日(月)	6月 18日(火)	6月 19日(水)	6月 20日(木)	6月 21日(金)	6月 22日(土)	6月 23日(日)	
9:00		定 休 日							
10:00									
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 米谷			10:30～11:30 ホットピラティス 佐藤	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 笹井	10:30～11:30 スタンダード60 米谷	10:30～11:30 はじめてのハーヨガ (会員様限定)佐藤	10:30～11:30 リンパドックスヨガ 米谷	10:30～11:30 スタンダード60 滝利
12:00				12:00～13:00 オトナのための オールインワンヨガ 笹井	12:00～13:00 スタンダード60 米谷	12:00～13:00 ダイエットヨガ 朝長	12:00～13:00 スタンダード60 滝利	12:15～13:15 ダイエットヨガ 朝長	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 佐藤
13:00	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 佐藤								
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 佐藤			13:30～14:30 背中美人ヨガ 佐藤	13:30～14:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)笹井	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 笹井	13:30～14:30 腸活ヨガ ver.2 佐藤	14:00～15:00 スタンダード60 米谷	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 笹井
15:00				15:00～16:00 スタンダード60 米谷			15:00～16:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利		
16:00	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤							15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 佐藤
17:00									
18:00				18:00～18:45 BEAT CORE HIIT 笹井	18:00～19:00 スタンダード60 滝利	18:00～19:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	18:00～19:00 ダイエットヨガ 朝長	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 笹井	
19:00								19:00～20:00 もも原ヨガティス 笹井	
20:00				19:30～20:30 スタンダード60 滝利	19:30～20:30 リンパドックスヨガ 朝長	19:30～20:30 背中美人ヨガ 佐藤	19:30～20:30 リンパドックスヨガ 米谷		
21:00									
22:00				21:00～22:00 リンパドックスヨガ 朝長	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 佐藤	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 佐藤	21:00～22:00 エアロビヨガ 笹井		

函館店【6月24日～6月30日スケジュール】

	6月 24日(月)	6月 25日(火)	6月 26日(水)	6月 27日(木)	6月 28日(金)	6月 29日(土)	6月 30日(日)	
9:00		定 休 日						
10:00			10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 佐藤	10:30～11:30 スタンダード60 滝利	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 佐藤	10:30～11:30 特別レッスン※有料 岩村	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	10:30～11:30 リンパドックスヨガ 朝長
11:00								
12:00	12:00～13:00 スタンダード60 滝利		12:00～13:00 オトナのための オールインワンヨガ 笹井	12:00～13:00 もも原ヨガティス 笹井	12:00～13:00 リンパドックスヨガ 米谷	12:00～13:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	12:15～13:15 エアロビヨガ 笹井	
13:00								
14:00	13:30～14:30 エアロビヨガ 笹井		13:30～14:30 ダイエットヨガ 朝長	13:30～14:30 スタンダード60 米谷	13:30～14:30 ダイエットヨガ 朝長	13:30～15:00 アドバンス90 (会員様限定) 佐藤	14:00～15:00 スタンダード60 滝利	
15:00	15:00～16:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利			15:00～16:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 佐藤	15:00～16:00 スタンダード60 米谷		15:30～16:30 スタンダード60 滝利	15:45～16:45 ダイエットヨガ 朝長
16:00								
17:00							17:00～18:00 リンパドックスヨガ 朝長	
18:00	18:00～19:00 スタンダード60 朝長		18:00～19:00 リンパドックスヨガ 米谷	18:00～19:00 ダイエットヨガ 朝長	18:00～19:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	18:00～18:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 笹井		
19:00								
20:00	19:30～20:30 リンパドックスヨガ 米谷		19:30～20:30 美ボディフロー ピラティス 佐藤	19:30～20:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 滝利	19:30～20:30 腸活ヨガ ver.2 佐藤			
21:00	21:00～22:00 ダイエットヨガ 朝長		21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	21:00～22:00 リンパドックスヨガ 米谷	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 笹井			
22:00								