

前橋店【3月1日～3月8日スケジュール】

2025年3月14日更新							
03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30～11:30 もも灰ヨガティス (80分)	定休日	10:30～11:30 オトナのための オールインヨガ (80分)	10:30～11:30 義ポデフロー ピラティス (80分)	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分)
門池	森		森	森	宮沢	大河原	門池
12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15
ホットピラティス (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)		お腹引き締めヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (80分)	ダイエットヨガ (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)
門池	川上		川上	森	宮沢	若杉	門池
14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00	14:00～15:00	14:00～15:00	14:00～15:00
スタンダード80 (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)		リンパデトックスヨガ (80分)	オトナのための オールインヨガ (80分)	ダイエットヨガ (80分)	子宮温活ヨガ (80分)	アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (80分)
大河原	川上		川上	森	若杉	若杉	森
15:45～16:45	15:45～16:45						15:45～16:45
お腹引き締めヨガ (80分)	アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (80分)						もも灰ヨガティス (80分)
川上	森						森
17:30～18:30			17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30
小顔リフトピラティス (80分)			スタンダード80 (80分)	セルトル美脚ヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)	子宮温活ヨガ (80分)
門池			大河原	若杉	川上	川上	若杉
19:15～20:15			19:15～20:00	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15
セルトル美脚ヨガ (80分)			BEAT CORE HIT (45分)	子宮温活ヨガ (80分)	背中美人ヨガ (80分)	オトナのための オールインヨガ (80分)	ダイエットヨガ (80分)
川上			森	若杉	門池	森	若杉
			21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	
			リンパデトックスヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)	義ポデフロー ピラティス (80分)	
			森	大河原	門池	森	

前橋店【3月9日～3月16日スケジュール】

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	定休日	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 ホットピラティス (80分)	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分)	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (80分)
門池		未確定	若杉	川上	門池	若杉	若杉
12:15～13:00		12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:00	12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15
ピラティス ブートキャンプ (45分)		義ポデフロー ピラティス (80分)	アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (80分)	BEAT CORE HIT (45分)	小顔リフトピラティス (80分)	ダイエットヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)
森		森	森	森	林	若杉	大河原
14:00～15:00		14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00	14:00～15:00	14:00～15:00
花粉症スッキリヨガ (80分)		スタンダード80 (80分)		アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST (80分)	背中美人ヨガ (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)	ダイエットヨガ (80分)
門池		大河原		森	門池	門池	若杉
15:45～16:45						15:45～16:45	15:45～16:45
ダイエットヨガ (80分)						スタンダード80 (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)
森						大河原	若杉
17:30～18:30		17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	17:00～18:00	17:30～18:30	
子宮温活ヨガ (80分)		お腹引き締めヨガ (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	もも灰ヨガティス (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	
若杉		川上	川上	大河原	森	門池	
19:15～20:15		19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	18:45～19:45	19:15～20:15	
ダイエットヨガ (80分)		リンパデトックスヨガ (80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	セルトル美脚ヨガ (80分)	アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX (80分)	ホットピラティス (80分)	
若杉		川上	川上	若杉	森	門池	
21:00～22:00		21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	20:30～22:00		
オトナのための オールインヨガ (80分)		ホットピラティス (80分)	ホットピラティス (80分)	子宮温活ヨガ (80分)	アドバンス80 (会員様限定) (90分)		
森		門池	門池	若杉	林		

◆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。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



前橋店【3月17日～3月24日スケジュール】

2025年3月14日更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス(80分)	10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分)	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分)	10:30～11:30 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX(80分)	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分)	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ(80分)	定休日
	森	若杉	川上	森	川上	森	
	12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET(80分)	12:15～13:15 ダイエットヨガ (80分)	12:15～13:15 小顔リフトピラティス (80分)	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分)	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分)	
	森	若杉	門池	若杉	大河原	門池	
	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分)	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	14:00～15:00 ホットピラティス (80分)	14:00～15:00 肩コリラクセスヨガ (80分)	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分)	14:00～15:00 小顔リフトピラティス (80分)	
	川上	大河原	門池	若杉	川上	門池	
			15:45～16:45 全身ととう 寝たまんまヨガ(80分)		15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分)	15:45～16:45 もも原ヨガティス (80分)	
			川上		門池	森	
	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (80分)	17:30～18:30 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST(80分)	17:30～18:30 ダイエットヨガ (80分)	17:30～18:30 小顔リフトピラティス (80分)	17:30～18:30 ホットピラティス (80分)		
	門池	森	若杉	門池	門池		
	19:15～20:15 背中美人ヨガ (80分)	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分)	19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分)	19:15～20:15 スタンダード80 (80分)	19:15～20:15 花粉症スッキリヨガ (80分)		
	門池	川上	若杉	門池	門池		
	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)	21:00～22:00 もも原ヨガティス (80分)		21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)			
	大河原	森		森			

前橋店【3月25日～3月31日スケジュール】

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
火	水	木	金	土	日	月
10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30～11:30 ダイエットヨガ (80分)	10:30～11:30 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET(80分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (80分)	定休日
森	若杉	森	川上	若杉	川上	
12:15～13:00 ピラティス ブートキャンプ(45分)	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:15 ホットピラティス (80分)	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ(80分)	12:15～13:15 ホットピラティス (80分)	12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST(80分)	
森	大河原	門池	森	門池	森	
14:00～15:00 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX(80分)	14:00～15:00 肩コリラクセスヨガ (80分)		14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (80分)	14:00～15:00 肩コリラクセスヨガ (80分)	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス(80分)	
森	若杉		川上	若杉	森	
				15:45～16:30 背中美人ヨガ (80分)	15:45～16:45 肩コリラクセスヨガ (80分)	
				門池	若杉	
17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (80分)	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分)	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分)	17:30～18:30 肩コリラクセスヨガ (80分)	17:30～18:30 全身ととう 寝たまんまヨガ(80分)		
川上	川上	若杉	若杉	川上		
19:15～20:15 肩コリラクセスヨガ (80分)	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス(80分)	19:15～20:15 スタンダード80 (80分)	19:15～20:15 ダイエットヨガ (80分)	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分)		
若杉	森	大河原	若杉	川上		
21:00～22:00 ダイエットヨガ (80分)	21:00～22:00 全身ととう 寝たまんまヨガ(80分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (80分)	21:00～22:00 スタンダード80 (80分)			
若杉	川上	若杉	大河原			

【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)