

自由が丘店【8月1日～8月8日スケジュール】

2023年 7月 26日更新

	8月 1日(火)	8月 2日(水)	8月 3日(木)	8月 4日(金)	8月 5日(土)	8月 6日(日)	8月 7日(月)	8月 8日(火)	
9:00							定 休 日		
10:00									
11:00	10:30～11:30 はじめての「ハワーヨガ」 (会員様限定) 飯塚	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 君島		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長谷部	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 飯塚	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 長谷部			10:30～11:40 ディープレスヨガ 長谷部
12:00									
13:00	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 飯内	12:15～13:15 カンファーマイエット 飯内		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 長谷部	12:15～13:15 スタンダード60 飯内	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 飯内			12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 長谷部
14:00	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 飯塚			14:00～15:00 ホットピラティス 君島	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 君島	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 長谷部			14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 君島
15:00									
16:00					15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ 飯内	15:45～16:45 ダイエットヨガ 飯内			
17:00			17:00～18:00 リンパデトックスヨガ 飯内						
18:00	17:30～18:30 エアロビヨガ 長谷部	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) 君島		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 飯塚	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 君島				17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 飯塚
19:00			18:45～20:15 アドバンス90 (会員様限定) 長谷部						
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 君島	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 飯塚		19:15～20:15 腫トレ ビューティーヨガ 飯内					19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 飯塚
21:00	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 長谷部	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 飯塚	21:00～22:00 スタンダード60 飯内	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 飯塚					21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 飯内
22:00									

自由が丘店【8月9日～8月15日スケジュール】

	8月 9日(水)	8月 10日(木)	8月 11日(金)	8月 12日(土)	8月 13日(日)	8月 14日(月)	8月 15日(火)	
9:00						定 休 日		
10:00								
11:00	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 飯塚		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 飯塚	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 飯内	10:30～12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 君島			10:30～11:30 ダイエットヨガ 飯内
12:00								
13:00	12:15～13:15 エアロビヨガ 長谷部		12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 君島	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 飯塚	12:45～13:45 腫トレ ビューティーヨガ 飯内			12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 飯内
14:00	14:00～15:00 はじめての「ハワーヨガ」 (会員様限定) 飯塚		14:00～15:00 スタンダード60 飯塚	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 飯塚	14:30～15:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 飯内			14:00～15:00 もも尻ヨガティス 飯塚
15:00								
16:00			15:45～16:45 腫トレ ビューティーヨガ 飯内	15:45～16:55 ディープレスヨガ 君島	16:15～17:00 BEAT CORE HIIT 君島			
17:00								
18:00		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 君島	17:30～18:30 育中美人ヨガ 君島	17:30～18:30 ホットピラティス 君島				17:30～18:30 Sound Feel Yoga 飯塚
19:00	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 君島	19:15～20:15 はじめての「ハワーヨガ」 (会員様限定) 君島						19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 長谷部
20:00								
21:00	21:00～22:00 カンファーマイエット 飯内	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 飯塚						21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長谷部
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の開始の1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1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▶



