

札幌駅前店【10月1～10月8日スケジュール】

2023年9月15日更新

	10月1日(日)	10月2日(月)	10月3日(火)	10月4日(水)	10月5日(木)	10月6日(金)	10月7日(土)	10月8日(日)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 田中	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 田中	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 桑原	10:30～12:00 FIRE (会員様限定) 北島		10:30～11:30 カンフーダイエット 日野	10:30～11:30 腸活ヨガ 石井	10:30～11:30 スタンダード60 豊
12:00								
13:00	12:15～13:15 腸活ヨガ 石井	12:15～13:15 スタンダード60 高橋	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 田中	12:45～13:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 桑原		12:15～13:15 腸活ヨガ 石井	12:15～13:15 スタンダード60 豊	12:15～13:15 ダイエットヨガ 和平
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 高橋	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 田中	14:00～15:00 ホットピラティス 桑原			14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 日野	14:00～15:00 SUMO YOGA 田中	14:00～15:00 スタンダード60 高橋
15:00				14:30～15:30 ココロカラダリセットヨガ 三角				
16:00	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 田中						15:45～16:35 脂肪燃焼コース サーキットシェイプ 似鳥	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 和平
17:00						17:00～18:00 スタンダード60 高橋	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 田中	
18:00		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 和平	17:30～18:30 スタンダード60 豊	17:30～18:30 ダイエットヨガ 和平	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)北島			
19:00		19:15～20:15 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)備	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 田中	19:15～20:05 脂肪燃焼コース マーシャルワークアウト 似鳥	19:15～20:15 スタンダード60 高橋	18:45～20:15 アドバンス90 (会員様限定) 備		
20:00								
21:00	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 和平	21:00～22:00 スタンダード60 高橋	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 和平	21:00～22:00 SUMO YOGA 田中	21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 田中			
22:00								

札幌駅前店【10月9日～10月15日スケジュール】

	10月9日(月)	10月10日(火)	10月11日(水)	10月12日(木)	10月13日(金)	10月14日(土)	10月15日(日)
9:00							
10:00		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 桑原	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 桑原		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 和平	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 田中	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 和平
11:00							
12:00		12:15～13:15 背中美人ヨガ 石井	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 備		12:15～13:15 スタンダード60 高橋	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 和平	12:15～13:15 スタンダード60 豊
13:00							
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 豊	14:00～15:00 エアロビヨガ 和平		14:00～15:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 和平	14:00～15:00 スタンダード60 高橋	14:00～15:00 ホットピラティス 和平
15:00							
16:00						15:45～16:35 脂肪燃焼コース サーキットシェイプ 似鳥	15:45～16:45 腸活ヨガ 石井
17:00							
18:00		17:30～18:30 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)備	17:30～18:30 スタンダード60 高橋	17:30～18:30 スタンダード60 豊	17:30～18:30 背中美人ヨガ 石井	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 和平	
19:00		19:15～20:15 腸活ヨガ 石井	19:15～20:05 脂肪燃焼コース ホットボクサダイエット 似鳥	19:15～20:15 背中美人ヨガ 石井	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 田中		
20:00							
21:00	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 田中	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 田中	21:00～22:00 腸活ヨガ 石井	21:00～22:00 スタンダード60 石井			
22:00							

定休日

【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♪



札幌駅前店【10月16日～10月23日スケジュール】

	10月16日(月)	10月17日(火)	10月18日(水)	10月19日(木)	10月20日(金)	10月21日(土)	10月22日(日)	10月23日(月)
9:00	定 休 日							
10:00								
11:00		10:30～11:30 エアロビヨガ 和平	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 三角		10:30～11:30 スタンダード60 田中	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 田中	10:30～11:30 カンフーダイエット 日野	10:30～11:30 背中美人ヨガ 石井
12:00								
13:00		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 桑原	12:15～13:15 ホットピラティス 桑原		12:15～13:15 はじめてのハワーク (会員様限定)橋	12:15～13:15 スタンダード60 郷	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 和平	12:15～13:45 WATER (会員様限定)北島
14:00		14:00～15:00 肩活ヨガ 石井	14:00～15:00 スタンダード60 高橋		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 田中	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 田中	14:00～15:00 全身とどのう 寝たまんまヨガ 日野	14:30～15:30 スタンダード60 郷
15:00								
16:00						15:45～16:35 脂肪燃焼コース サーキットシェイプ 似鳥	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 和平	
17:00								
18:00		17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 田中	17:30～18:30 はじめてのハワーク (会員様限定)橋	17:30～18:30 肩活ヨガ 石井	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 橋	17:30～18:30 肩活ヨガ 石井		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 田中
19:00								
20:00		19:15～20:15 背中美人ヨガ 石井	19:15～20:05 脂肪燃焼コース マーシャルワークアウト 似鳥	19:15～20:15 スタンダード60 郷	19:15～20:15 肩活ヨガ 石井			19:15～20:15 スタンダード60 高橋
21:00		21:00～22:00 スタンダード60 郷	21:00～22:00 肩活ヨガ 石井	21:00～22:00 背中美人ヨガ 石井	21:00～22:00 スタンダード60 高橋			21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 田中
22:00								

札幌駅前店【10月24日～10月31日スケジュール】

	10月24日(火)	10月25日(水)	10月26日(木)	10月27日(金)	10月28日(土)	10月29日(日)	10月30日(月)	10月31日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 和平	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定)橋		10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 田中	10:30～11:30 スタンダード60 高橋	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 田中	10:30～11:30 スタンダード60 郷	10:30～11:30 ホットピラティス 桑原
12:00								
13:00	12:15～13:15 ホットピラティス 桑原	12:45～13:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 三角		12:15～13:15 スタンダード60 高橋	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 田中	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 石井	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 和平	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)北島
14:00	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 和平	14:30～15:30 骨盤矯正ヨガ 桑原		14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 田中	14:00～15:00 はじめてのハワーク (会員様限定)橋	14:00～15:00 スタンダード60 高橋	14:00～15:00 背中美人ヨガ 石井	14:00～15:00 スタンダード60 郷
15:00								
16:00					15:45～16:35 脂肪燃焼コース サーキットシェイプ 似鳥	15:45～16:45 肩活ヨガ 石井		
17:00							17:00～18:00 肩活ヨガ 石井	17:30～18:30 ダイエットヨガ 和平
18:00	17:30～18:30 はじめてのハワーク (会員様限定)橋	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 田中	17:30～18:30 ホットピラティス 和平	17:30～18:30 肩活ヨガ 石井	17:30～18:30 スタンダード60 郷			
19:00							18:45～19:45 スタンダード60 高橋	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 田中
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 高橋	19:15～20:05 脂肪燃焼コース ホットボクササイズ 似鳥	19:15～20:15 肩活ヨガ 石井	19:15～20:15 スタンダード60 郷			20:30～22:00 EX/パワーヨガ (会員様限定) 和平	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 石井
21:00	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 田中	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 和平	21:00～22:00 スタンダード60 郷	21:00～22:00 背中美人ヨガ 石井				
22:00								