

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 二の腕青中Edition 田中	10:30~11:30 免疫セラピーヨガ 桑原	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 肩活ヨガ 石井	10:30~11:30 スタンダード60 郡
12:00	12:15~13:15 肩活ヨガ 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 肩活ヨガ 石井	12:15~13:15 スタンダード60 郡	12:15~13:15 ダイエットヨガ 和平
13:00								
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	14:30~15:30 ココロカラダリセットヨガ 三角		14:00~15:00 全身とのう 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								
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 リンパティックスヨガ 和平
17:00								
18:00			17:30~18:30 リンパティックスヨガ 和平	17:30~18:30 スタンダード60 郡	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	17:30~18:30 スタンダード60 高橋	17:30~18:30 肩コリラックスヨガ 田中
19:00		19:15~20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)橋	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) 橋		
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							
11:00	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 二の腕青中Edition 田中	10:30~11:30 肩コリラックスヨガ 和平	
12:00							
13:00	12:15~13:15 青中美人ヨガ 石井	12:15~13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 橋		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 郡	
14:00	14:00~15:00 スタンダード60 郡	14:00~15:00 エアロピヨガ 和平		14:00~15:30 エババーヨガ (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 肩活ヨガ 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)橋	17:30~18:30 スタンダード60 高橋	17:30~18:30 スタンダード60 郡	17:30~18:30 青中美人ヨガ 石井	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 和平		
19:00							
20:00	19:15~20:15 肩活ヨガ 石井	19:15~20:05 脂肪燃焼コース ホットポクサダイエット 似鳥	19:15~20:15 青中美人ヨガ 石井	19:15~20:15 免疫セラピーヨガ 田中			
21:00	21:00~21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 田中	21:00~22:00 セルトル美脚ヨガ 田中	21:00~22:00 肩活ヨガ 石井	21:00~22:00 スタンダード60 石井			
22:00							

【お問い合わせセンター】 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。

レッスンのWEB予約はこちらから♪

◆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づつに制限されます。

*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。



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								
12:00								
13:00								
14:00								
15:00								
16:00								
17:00								
18:00								
19:00								
20:00								
21:00								
22:00								
10:30~11:30 エアロピヨガ 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 青中美人ヨガ 石井			
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 はじめてのバーヨガ* (会員様限定)橘	12:15~13:15 スタンダード60 郡	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			
14:00~15:00 腸活ヨガ 石井	14:00~15:00 スタンダード60 高橋	14:00~14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕膏中Edition 田中	14:00~15:00 セルトル美脚ヨガ 田中	14:00~15:00 全身とのう 寝たまんまヨガ 日野	14:30~15:30 スタンダード60 郡			
				15:45~16:35 脂肪燃焼コース サーモットシェイプ 似鳥	15:45~16:45 Sound Feel Yoga ver.2 和平			
17:30~18:30 肩コリラックスヨガ 田中	17:30~18:30 はじめてのバーヨガ* (会員様限定)橘	17:30~18:30 腸活ヨガ 石井	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 橘	17:30~18:30 腸活ヨガ 石井	17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ 田中			
19:15~20:15 青中美人ヨガ 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 郡	19:15~20:15 腸活ヨガ 石井	19:15~21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕膏中Edition 田中	19:15~20:15 スタンダード60 高橋			
21:00~22:00 スタンダード60 郡	21:00~22:00 腸活ヨガ 石井	21:00~22:00 青中美人ヨガ 石井	21:00~22:00 スタンダード60 高橋					

札幌駅前店【10月24日～10月31日スケジュール】