

池袋店【10月1日～10月8日スケジュール】

2023年 9月 21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	10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 笑喜		10:30～11:30 スタンダード60 石川(美)	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 石川(美)		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 萩原	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 笑喜	10:30～11:30 リンパドレックスヨガ 石川
12:00	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 萩原		12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 石川(美)	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 石川(美)		12:15～13:15 スタンダード60 萩原	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 石川(美)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 笑喜
14:00	14:00～15:00 フェイスアップヨガ 笑喜		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 石川			14:00～15:00 腸活ヨガ 石山	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 石川(美)	14:00～15:00 エアロビヨガ 石川
15:00		定 休 日						
16:00	15:45～16:45 スタンダード60 萩原						15:45～16:45 もも尻ヨガティス 石川	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 笑喜
17:00								
18:00				17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 萩原	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 萩原	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 笑喜	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)石山	17:30～18:30 腸トレ ピュアティヨガ 石川
19:00				19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 石川	19:15～20:15 カンフーダイエット 石川	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 萩原	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 笑喜	
20:00								
21:00				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 萩原	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 萩原	21:00～22:00 スタンダード60 萩原	21:00～22:00 リンパドレックスヨガ 笑喜	
22:00								

池袋店【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 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 石川(美)	10:30～11:30 カンフーダイエット 石川		10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 石川(美)	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 石川	10:30～11:30 スタンダード60 萩原
12:00			12:15～13:15 リンパドレックスヨガ 石川		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 石川(美)	12:15～13:15 はじめてのハーフヨガ (会員様限定)笑喜	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 石川
13:00							
14:00		14:00～15:00 はじめてのハーフヨガ (会員様限定)笑喜	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 萩原		14:00～15:00 Sound Feel Yoga 笑喜	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 萩原	14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 萩原
15:00							
16:00						15:45～16:45 全身とこのう 寝たままヨガ 石川	15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 石川
17:00							
18:00				17:30～18:30 フェイスアップヨガ 笑喜	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 小玉	17:30～18:30 スタンダード60 萩原	
19:00							
20:00		19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 笑喜	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 萩原	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 萩原	19:15～20:15 スタンダード60 笑喜		
21:00		21:00～22:00 スタンダード60 萩原	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 笑喜	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 笑喜	21:00～22:00 腸活ヨガ 小玉		
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。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▶



